

照り焼きチキンと ごぼうのスパゲティ

【材料（4～5人分）】

・スパゲティ	300g	・鶏もも肉	2/3 枚（180g）
		・酒	大さじ 1/2
・オリーブ油	適量	・おろししょうが	小さじ 1/2
・おろしにんにく	小さじ 1/2	・しょうゆ	小さじ 1
・玉ねぎ	小さめ 1 個（180g）	・でんぷん	適量
・ごぼう	2/3 本（110g）	・揚げ油	適量
・白ワイン	小さじ 1		
・塩	小さじ 1/4	・さとう	大さじ 2
・黒こしょう	少々	・みりん	小さじ 2
・しょうゆ	小さじ 2	・しょうゆ	大さじ 1.5
		・水	大さじ 3
		・刻みのり	適量

【作り方】

- ① 玉ねぎはスライス、ごぼうはささがき、鶏もも肉は 1.5cm 角に切る。
- ② さとう、みりん、しょうゆ、水を混ぜ合わせ、電子レンジ 600W で 1 分加熱し、みりんのアルコールを飛ばしておく。
- ③ 鶏もも肉は酒、しょうが、しょうゆに漬けておき、でんぷんをまぶして油で揚げ、②の 2/3 量を絡める。
- ④ フライパンにオリーブ油を熱し、にんにく、玉ねぎ、ごぼうを炒め、白ワイン～しょうゆで調味する。
- ⑤ ややかためにゆでたスパゲティ、③を④に加え、②の残り 1/3 量で味を調節する。
- ⑥ 盛り付け、刻みのりをふって完成。

*オリーブ油はサラダ油、白ワインは料理酒でも構いません。

*ごぼうと鶏もも肉が中途半端な分量なので、②の合わせ調味料の分量を増やし、ごぼう 1 本、鶏もも 1 枚を使い切っていただいても全く問題ありません。