

ほろほろ！つやつや！鶏手羽の照り煮



【材料(2人分)】

鶏手羽元	10～12本
にんにく	3個
てんさい糖	大さじ2
水	大さじ1、1.5カップ
酒	大さじ2
唐辛子	1本
酢	大さじ2
しょうゆ	大さじ3

【作り方】

- ① にんにく3個をつぶす。
- ② フライパンにてんさい糖(大さじ2)と水(大さじ1)を入れて中火にかけ、フライパンを傾けながら濃い茶色になるまで火にかける。
- ③ 水1.5カップを入れ、再び中火にかける。酒(大さじ2)、つぶしたにんにく、唐辛子(1本)、酢(大さじ2)、しょうゆ(大さじ3)、鶏手羽を加えて煮立てる。灰汁がでてきたらお玉で取って、蓋をして弱火で5分ほど煮る。途中何回か手羽元をひっくり返す。
- ④ 蓋を取り、強火にして汁気がなくなりツヤがでるまで煮詰める。

ポイント

- お砂糖を煮詰めて煮汁に味の深みと照りをだす！



汁気がない状態