

【鶏手羽元のマーマレード煮】



【材料】(4人分)
鶏手羽元 8本
バター 20 g
マーマレード 60 g
牛乳 200 mg
しょうゆ 大さじ1



①厚手の鍋にバターを溶かす。



②手羽元の表面にこんがりと焼き色がつくまで焼く。



④こがさないように、鍋を時々揺すりながらしばらく煮、醤油を加える



⑤煮汁が半分くらいになったら、落としふたを外し、煮汁がなくなり照りが出るまで煮る。



③牛乳とマーマレードを①の鍋に加え、落とし蓋をして、弱火でコトコト煮る。



⑥出来上がり。