

# まこもたけ入り親子丼



## 材料（1人前）

まこもたけ … 1本  
鶏肉 … 20g  
タマネギ … 1/5個  
卵 … 2個  
ごはん … 200g  
麺つゆ（濃縮タイプ） … 100cc  
※表示に合わせて薄めてください

## 作り方



1. 「まこもたけ」の硬い皮を剥ぎます。



2. 芯と芽の部分を取り、半分に切ってスライスします。



3. 鶏肉は3cm幅に切って1cmにスライスします。さらにタマネギもスライスしておきます。



4. 水で薄めた麺つゆを火にかけて「まこもたけ」・鶏肉・タマネギ・卵を入れ、卵が半熟になるまでかき混ぜます。



5. 器によそったごはんの上にかけて、お好みで卵黄・きざみのりを乗せます。

いしかわを食べよう!  
JAグループ石川プレゼンツ

石川の鉄人が教える



JAわくわく  
レシピ

JAグループ石川

