

鶏肉のトマト煮（幼児10人分）



材料

鶏肉	400グラム	赤ワイン	大さじ1
塩	少々	トマト缶	100グラム
小麦粉	大さじ2強		(トマト缶は冷凍できます)
油	適量	塩	適量
玉葱(薄切り)	小1個	ケチャップ	大さじ1強
マッシュルーム	3個	油	適量

作り方

- 1,鶏肉は塩で下味をつけ、小麦粉をまぶして、油をひいたフライパンで焦がさないように焼く。
- 2,トマト缶はつぶすか、細かく刻んでおく。
- 3,別鍋に油をひき、玉葱を透明になるまで炒め、薄切りにしたマッシュルームも加える。
- 4,3に赤ワイン、トマト缶、塩、ケチャップを加え、煮る。
- 5,4に1の鶏肉を入れ、さらに煮る。