

ROSEN'S RECIPE  
ローゼンおすすめメニュー

たっぷりのんにくで煮込んだジョージアの郷土料理。

# 鶏のシュクメルリ

調理時間

20分

1人分

579kcal



※写真はイメージです。

冬の旬食材



マッシュルーム



使ったのはコレ!



J-オイルミルズ  
AJINOMOTO  
オリーブオイル  
エクストラバージン



つくり方動画を  
配信中!

《レシピ考案》  
Goo Goo Foo  
フードクリエイター  
堀池 美由紀



# 鶏のシュクメルリ

## 材料/2人分

マッシュルーム……………120g  
にんにく……………2かけ  
鶏もも肉……………1枚  
塩麴……………大さじ1/2  
J-オイルミルズ AJINOMOTO オリーブ  
オイルエクストラバージン……大さじ1  
バター……………10g  
牛乳……………100ml～  
生クリーム……………大さじ1～  
(なければ牛乳大さじ1で代用可)  
塩、こしょう……………少々

〈お好みで〉

・バター、塩、こしょうで和えたフェットチーネ  
・イタリアンパセリ

## 作り方

- ①マッシュルームは汚れをキッチンペーパーで落とし、薄切りに、にんにくはみじん切りにする。鶏肉は食べやすい大きさ(5～6切れ)にして、身側に塩麴を塗って10分おく。
- ②フライパンに「J-オイルミルズ AJINOMOTO オリーブオイルエクストラバージン」とバターを加え、①の鶏肉の皮目を下にして、皮全体がパリッとなるように押しつけながら4～5分焼く。
- ③裏返して、にんにくを加え、香りがたったら、マッシュルームも加えてさっと炒め、牛乳、生クリームを加える。
- ④ソースに軽くとろみがついたら、塩、こしょうで味をととのえる。
- ⑤器に盛り、お好みでフェットチーネを添え、イタリアンパセリを散らす。