図書コラボ給食『本に出てくるおいしいもの』

★チキンクリームシチュー★

【給食番長　よしながこうたく・作　長崎出版】

≪材料（４人分）≫

鶏もも角切り肉120g・白ワイン小さじ１・油小さじ２・バター10g・小麦粉大さじ２強・牛乳220g・油小さじ１・セロリ少々・玉葱(大)１個・人参2/3本・じゃが芋2個・マッシュルーム３個・塩小さじ１強・こしょう少々・生ｸﾘｰﾑ大さじ１・冷凍グリンピース 24g・水180mL・豚骨20g・鶏ガラ 20g・ロリエ葉1枚

≪作り方≫

①豚骨、鶏ガラで、灰汁をとりながら時間をかけてスープをとる。

② 油、バターで小麦粉を炒め、牛乳を加えてホワイトソースを作る。

③鶏肉に白ワインをふっておく。玉葱はくし形、人参は厚いちょう切り、じゃが芋は角切り、マッシュルームは４等分に切る。

④ 油で野菜を順に炒め、スープを加えて煮る。②を加え、ゆっくり煮込む。

⑤グリンピース、生クリームを入れ、味を調える。