

“鶏手羽先のコーラ煮”

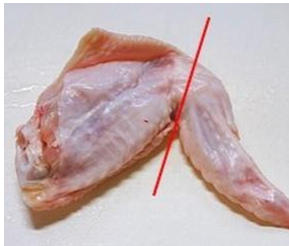
材料（3～4人分）

鶏手羽先 8～10本
ニンニク 1片
鷹の爪 1本
コカ・コーラ 400cc
醤油 大さじ 2と1/2
サラダ油 適量



作り方

1



手羽先は食べやすいように先っぽを切り落とす。

（赤い線の関節部分に包丁を当てる／切り落とさずに丸のままでもOKです）

2



厚手の鍋にサラダ油を熱し、さっと水洗いして水気を拭いた手羽先を皮目から入れる。軽く焦げ目がつくまで両面を焼きつける。

3



脂をキッチンペーパーで拭きとったらコーラを加えて強火に。

半分に切って芽をとったニンニクと種を取り除いた鷹の爪も加える。

4



沸騰すると黒い灰汁が出てくるのでくう。

（灰汁をとらないと仕上がりが汚い）

5



真ん中に空気穴を開けたアルミホイルの落とし蓋をし、弱めの中火で5分ほど煮る。

6



醤油を加えたら落とし蓋を裏返して被せ、弱めの中火でさらに 10~15 分ほど煮る。

7



仕上げに火を強め、煮汁にトロミが出るまで煮詰める。

8



短時間でお肉やわやわ〜盛り付けて完成です。