

第80回 羽曳野市・男の腕まくり08会「男の料理教室」 H30.3.28 陵南の森

感動するほど柔らかい鶏むね肉レシピ

本年度の掉尾を飾る吉田清彦先生の料理教室です。日頃は優しい女性の先生ですが、今日の教室はピリ！とした緊張感が走ります。

一年一度の吉田教室は、懐かしさと厳しさが交じり、料理に根性が芽生える、嬉しさです。

ところが残念無念、前日夜、突然の高熱で救急車のお世話になり、会長の身で欠席となりました。

その為、毎回、写真を撮っていた後藤純司さんに連絡し写真を提供していただき、掲載しました。



今日のメニュー

①鶏むね肉のミルク煮

鶏肉の皮を取り、余分な脂を取り除いて、そぎきりに。鶏肉を肉たたきで叩き、塩、こしょうをふる。

小麦粉を薄くまぶす。厚手の鍋でサラダ油とバターで弱火にして鶏肉を入れ、色が変わったら裏返し、火が通ったらエンドウを入れ煮たてる。味を調える。

◇そんなに難しくなく、何とも言えぬ柔らかさだったとのこと。

②塩鮭と根菜のトロトロかす汁

料理をしながらの撮影で、当然、HPに掲載も言っていなかったので、出来上がりの写真が物足りないものとなったのは、仕方なし！。

吉田先生さま、こんなところで、ご勘弁を！
来年もよろしくお願ひします。

以上 写真・・・後藤純司さん
文・・・國領邦雄



次は⇒

[今週あちこち](#)

[きりえページ](#)

[トップページにもどる](#)