

鶏もも肉のリエット

合計加熱調理時間 約 **40** 分

[1人分：114kcal/食塩相当量：0.4g]

※1人あたり100gとして計算。<材料c>は含みません。

ハーブが香る本格的なリエットはしっとり滑らか。
さっぱりとクセがなく、お子様にも人気です。



分量

仕上がり1700g

設定

| 設定 | モード | 水蒸気量 | 時間 | 温度 | 風量 |
|----|-----|------|-----|------|----|
| 1 | コンビ | 100% | 10分 | 200℃ | — |
| 2 | コンビ | 100% | 30分 | 160℃ | — |

材料（仕上がり1700g）

| | |
|--------------------|-------|
| <材料a> | |
| 鶏もも肉（皮と脂を取り一口大に切る） | 6枚 |
| タマネギ（薄切り） | 400g |
| ニンニク（薄切り） | 3かけ |
| オリーブオイル | 大さじ2 |
| <材料b> | |
| 白ワイン | 200cc |
| 塩 | 大さじ1 |
| 粗びき黒こしょう | 少々 |
| ローリエ | 3枚 |
| タイム | 3枝 |
| <材料c> | |
| バゲット | 適量 |
| ピンクペッパー | 適量 |
| ブラックペッパー | 適量 |

※掲載レシピはクックエブリオ専用のものとなります。

作り方

- 65mmのホテルパン1枚に<材料a>を入れ、オリーブオイルを回しかけ【設定1】で予熱後、加熱する。
- 加熱完了後、1のホテルパンを取り出して<材料b>を加え、【設定2】で予熱後、加熱する。
- 加熱完了後、2のホテルパンを取り出し、ローリエ、タイムを取り除く。粗熱が取れたら、フードプロセッサーでペースト状にする。
- 3を器に盛り<材料c>を添える。