

プルーンソースのグリルチキン



材料 1 皿分

カリフォルニアプルーン	大さじ 3	トマト	小さじ 2
カリフォルニアプルーンピューレ	1 個	みりん	適量
鶏もも肉	小さじ 2	濃口醤油	小さじ 2
ペンネ	400g	上白糖	50cc
塩	10g	赤ワイン	200g
パセリ	大さじ 4	でん粉	200cc
豆苗	1 個	水	小さじ 2

プルーンピューレを使った甘めのソースをチキンに揉み込んで柔らかくグリルした、大人にも子供にも人気の一品。ペンネパスタを敷いて盛り付けるから、これ一つで大満足の一皿に。味付けには赤ワインの他に濃口しょうゆで日本人好みの照り焼きふうに仕上げました。

作り方はコチラ

