



ローズマリーの香りと野菜の味が凝縮した甘さがクセになる
野菜と鶏肉のローズマリーグリル

対応製品名 : ベジタブル スパイラルスライサー

使用部品 : ストレートチューブ、カッティングコーン (グリーン)

調理時間 : 35分

材料 (30cm×25cm×5cmの耐熱皿)

| | |
|-------------|--------------|
| メークイン | 3個 (正味300g) |
| にんじん | 2本 (正味250g) |
| ズッキーニ (緑・黄) | 各1本 (正味300g) |
| 鶏もも肉 | 1枚 |

A

| | |
|-------|-------------|
| ロマネスコ | 8房 (正味150g) |
| ミニトマト | 10個 |

B

| | |
|-------|--------|
| 塩 | 1g |
| 黒こしょう | 小さじ1/4 |
| 白ワイン | 大さじ1/2 |

C

| | |
|---------|-------------------------|
| ローズマリー | 2枝 (茎を取り除き、みじん切りにする) |
| 塩 | 1g |
| 黒こしょう | 小さじ1/2 |
| オリーブオイル | 大さじ4 |

作り方

下準備

- ・オーブンは180℃に予熱する。

下準備 (製品で切る野菜)

- ・にんじん、メークイン、ズッキーニはストレートチューブに入る大きさに切り、両端を平らに切っておく。

1. 鶏もも肉は8等分に切り、Bを絡めて10分ほどおく。
2. [野菜を切る] にんじん、メークイン、ズッキーニはストレートチューブとグリーンのカッティングコーンでリボン状に切る。
3. ボウルに1、2、A、Cを入れよく和える。
4. 耐熱皿に3を並べ、180度のオーブンで約20分焼く。