



ソースが決め手！
鶏手羽元のマスタード焼き

簡単ソースなのにインパクトのあるおかず。パーティー料理にも！

材料（2人分）

調理時間50分
カロリー1人分268kcal

鶏手羽元・・・6本
玉ねぎ・・・1/2個
ニンニク・・・1片
ローズマリー・・・1枝
白ワイン・・・60ml

(A)

粒マスタード・・・小さじ2
サラダ油・・・小さじ1
塩、コショウ・・・各少々

作り方

- ① 鶏手羽元に混ぜ合わせた(A)をまぶす。
- ② 玉ねぎはくし型に切り、ニンニクはつぶしておく。
- ③ ココットダッチオーブンにオーブン内網をセットし、①を並べる。
- ④ ③に②を入れて、ローズマリー、白ワインを加え、蓋をしてグリルに入れる。
- ⑤ ココットダッチオーブンを選択し、タイマーを20分に設定して点火する。消火後、そのままグリルの中で20分余熱する。