

料理名

もちもち生地のテリヤキピザ



料理のPR（200字以内）

お米のピザ生地は、私がいつも家で作るもちもちポテトからお米を主としてもちもちになるように変えたもので、テリヤキチキンには肉の締まりが良く歯ごたえのある播州百日鶏のささみ部分を使用し、玉ねぎにも醤油ベースの甘味のあるタレが絡んでいておいしい和風のお米ピザです。

調理時間・材料費（4人前）

80分

364円

材料（4人分目安量）

米	320 g
じゃがいも	120 g
玉ねぎ	80 g
播州百日鶏（ささみ）	260 g
小ネギ	8 g
チーズ	40 g
片栗粉	大さじ2と2/3
醤油	大さじ8
酒	大さじ8
みりん	大さじ8
砂糖	大さじ4
油	適量

作り方

- ①じゃがいもの皮をむき、小さく切って水にさらす。水を切ってラップをし、600wで2〜3分加熱する。フォーク等でじゃがいもをつぶし、熱いうちに片栗粉を加えて混ぜ、炊飯した米も混ぜ合わせる。油をひいたフライパンに丸く平たく成形し、両面に焼き色が付くぐらいまで焼く。
- ②小ネギは刻み、玉ねぎは薄めに切る。ささみは小さく切って片栗粉をまぶす。サラダ油をひいたフライパンを熱し、ささみを焼く。火が通ったら、醤油・みりん・酒・砂糖を加え、とろみが少しくまで煮詰める。玉ねぎも加えタレと少し絡める。①の生地に②のテリヤキをのせる。刻んだネギ、チーズをちらして、オーブントースターで3〜5分様子を見ながらチーズが溶けるまで加熱する。