

チキンポ ポット



材料

4人前

- 鶏肉 400g
- 植物油 大さじ2
- 豚骨 大2本
- 豆板醤 大さじ1
- 花椒 小さじ1
- 乾燥唐辛子 大さじ1
- 八角 少々
- カシヤ樹皮 少々
- フェンネル 小さじ1/2
- ニンニク 2-3粒
- 生姜 お好みで
- 塩 小さじ3
- 胡麻油
- チキンエッセンス

作り方

1. 鶏肉を大きいサイズに切る。
2. 鍋に十分な水を用意し沸騰させる。鶏肉と豚骨を入れ、弱火で血抜きする。
3. 材料を取り出し鍋を洗う。そして、十分な水を追加し、豚骨を戻す。
4. 沸騰させたのち、火を弱めて約40分間煮る。
5. すすいだ鶏肉が冷めたら一口大に切る。
6. 別の鍋で植物油を加熱する。生姜とにんにくを加えて2分ほど炒める。豆板醤を加えて炒める。八角、フェンネル、カシヤバンク、チリペッパー、四川ペッパーコーンを約1分間炒める。
7. 上記の香辛料スープベースと小さじ3杯の塩を鶏肉の鍋に追加して約20分間煮る。
8. ごま油、刻んだネギ、マッシュポテト、塩、コンソメなどでディップを作り、できあがり。