

チョコレートとチキンのグラタン風

材料(2人分)

- チョコレー…1個
- 鶏もも肉…160g
- 玉ねぎ…1/4個
- 無塩バター…30g

A(あらかじめ合わせておく)

- 生クリーム…100ml
- 塩…小さじ1/4
- コショウ…少々
- チーズ…70g
- パセリのみじん切り…少々



② 鶏もも肉はひと口大に切り、塩、コショウを振る。玉ねぎは5mmの薄切りにする。フライパンにバター15gを溶かし、鶏肉、玉ねぎを炒める。



① チョコレーを縦半分に切る。火にかけたフライパンにバター15gを入れて溶かし、切り口の方を下向きにしてチョコレーを並べて、中火で焼き色を付ける。焼き色が付いたらチョコレーを返し、ふたをして弱火で蒸し焼きにする。チョコレー全体が透き通るようになったら取り出しておく。



③ グラタン皿に①のチョコレーを切り口を上にして入れる。空いているところに②の鶏肉、玉ねぎを入れて、上からAを流しかけ、チーズをトッピングする。



マイルドな苦みがおいしい
熱々グラタン



④ 200度に熱したオーブンに③を入れ、20分ほど焼く。チーズに焦げ目が付いたら取り出し、仕上げにパセリのみじん切りを振りかける。



レシピ考案者からひと言 / 野菜ソムリエコミュニティさいたま 中村 裕子さん

苦みのあるチョコレーが、玉ねぎや生クリーム、チーズなどでマイルドに味わえるグラタンです。グラタン皿にチョコレーを入れる時、切り分けておくと食べやすくなります。