

♪ エコアのガスでうまがまん♪

グリル料理

ローストチキン



材料：2人分

- 骨つきチキン…2本
- ＊塩…小さじ1/2
- ＊こしょう…2g
- オリーブオイル…50cc
- にんにく…1個
- タイム…3～4枝
- 白ワイン（料理酒）…大さじ1



① 骨つきチキンは骨に沿って切り込みを入れる。皮目にはフォークなどで穴をあける。バットに＊の塩、こしょうを入れ、チキンをまんべんなくまぶしておく。



② ジップ付き袋にオリーブオイル、スライスしたニンニク、軽くもんだタイムを入れて、①のチキンを入れ軽くもみ込む。そのまま1時間以上おいておく。

ポイント

時間がないうときは30分でもOK



③ ココット鍋の内側に②の漬け込みオイル大さじ1を塗り、チキンの皮目を上にして入れる。漬け込んでおいたタイムやニンニクをチキンの上にのせ、オイルを大さじ1まわしかける。



④ チキンの周りの空いたスペースにカットしたジャガイモやブロッコリーなどの野菜を加える。



⑤ 蓋をしてグリルにセットし、15～20分間焼く。

ポイント

リンナイガラストップコンロの便利な「ココット」と「グリル機能」を使うと、ボタン一つで焼きあげることができます。



⑥ 焼きあがったチキンや野菜類を皿に盛りつけ、残りの肉汁に白ワイン（分量外大さじ1）を加えて蓋を外して更に3～4分間ほど加熱しグレービーソースを作る。盛り付けたチキン類にグレービーソースをかける。

ポイント

チキンに焼き目を付けたい場合は、蓋を外してそのまま2～3分間加熱すると、きれいな焼き目がつきます。