

## 春菊と鶏そぼろのしっとりふりかけ

1. 春菊を茎と葉の部分に分けて細かく刻む

2. フライパンにひき肉を入れて中火で加熱しながらほぐす

3. ひき肉の色が変わったら春菊の茎の部分と酒と塩、こしょうを入れて炒める



## 春菊と鶏そぼろのしっとりふりかけ

4. 全体に味が回ったら葉の部分を加え水分を飛ばす

5. 白ごまを加えて全体を混ぜ合わせしょうゆを加えてもう一度全体を混ぜる



## 春菊と鶏そぼろのしっとりふりかけ



材料	分量
春菊	80g
鶏ひき肉	100g
酒	大さじ1
塩	少々
こしょう	
白ごま	適量
しょうゆ	小さじ2