

# Mushroom & Celery Stuffed Chicken Breast マッシュルームとセロリの詰め物入りチキン



ジャッキーアレンのオリジナル・レシピをお楽しみ下さい！

## Ingredients: 【材料】

- 大きめのとりむね肉 4枚（皮をとっておく）横半分に切り目をいれ、塩とこしょうをしておく。
- パンを角切りにしたもの 5カップ弱（食パンサイズで約4～5枚分）私はレーズン&クルミ・ブレッドの1. 2日たったものを使ったわ。
- 室温にしたバター 57g（半分に分けておいてね）
- たまねぎ 中1/2個 粗めのみじん切り
- セロリ 1本 葉も少し残して粗めのみじん切りにしておく
- にんにく ひとつかけ みじん切り
- マッシュルーム 2～3個 スライスしておく
- セージ、タイム、マジョラムをませたもの 小さじ1/4
- マスタード 小さじ1/2
- （お好みで）ローズマリー（乾燥）ひとつまみ
- 塩・コショウ 小さじ1/2
- チキン・ブイヨン 240cc
- イタリアン・ブレッド・クラム またはパン粉（細かいもの）カップで120cc分



## Directions 作り方

1. フライパンを中火にかけ、バターの半分をとがします。そこへたまねぎをいれ約2分ソテーしたあとセロリを加えて約4分炒めます。
2. マッシュルームとにんにくを加え、マッシュルームが柔らかくなるまで加熱し、ハーブ類、マスタード、しお、コショウをふり入れよく混ぜます。
3. 角切りにしたパンを加え、チキン・ブイオンを少しずつ注いでいきます。詰め物にするためのお好みの硬さになるまで、少しずつ加えては混ぜて、また加える作業をくりかえしてください。できたらボールに移しておきます。
4. 次に、横に切り目をいれておいたとりのむね肉の間に詰め物をスプーンで入れていきます。最後に爪楊枝で口を閉じてください。
5. 詰め物のすんだとりむね肉の全面にパン粉をしっかりとつけます。軽くしおとコショウを表面にふりかけます。
6. やや温かいフライパン（詰め物を作ったフライパンを使う）残りのバターを入れ、5のとり肉を並べて片面につき3～4分かけて両面をやき中までしっかり火をとおします。野菜の付けあわせを添えて食卓へ♪

© 2009. Allen International Inc. All Rights Reserved.



夢を現実に アレン・インターナショナル <http://www.jackieallen.jp>

レシピの無断複製及び商用利用はご遠慮下さい。