



簡単 目にもおいしい旬ごはん

ジャムを添えた♡スタッフドチキン

いつもの“もも肉”がホリデーシーズンにぴったりの華やぎメニューに！今回は欧米でもよく使うジャムをソースに添えました。チキン×ジャムのハーモニーをお楽しみください。

ジャムを添えた♡スタッフドチキン

＜材料＞*はマミーマートプライベートブランド商品

- 鶏もも肉 大きめ 1枚 200g
 - ステーキソース* 大さじ 4
 - 玉ねぎ 1/2 個
 - セロリ 1/4 本
 - クルトン 1袋 (30g)
 - 天津むき甘栗 1袋 (80g)
 - コンソメスープ 100cc
 - ダークチェリージャム
- ☆その他 カシス、ブラックカラント、ラズベリーなど甘酸っぱいものがおすすめ



◆下準備
鶏もも肉はビニルに入れ、ステーキソース大さじ3を揉みこむようにして冷蔵庫で2時間〜ひと晩置く。

Recipe

① スタッフィング(具)を作る

玉ねぎと筋を取ったセロリを5mm角の粗みじん切りにし、2分ほど炒めたら、クルトンを入れ、コンソメスープを加えてクルトンに吸わせる。全体にしっとりしたところに甘栗を和える。



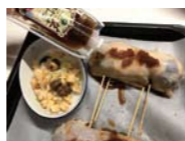
② チキンに具を詰める

もも肉の皮の一部をはがすようにしてポケットを作る。その中になるべく多く具を詰め、串で皮を閉じるようにして、形を整える。



③ オープンで焼き上げる

ステーキソースを大さじ1ほどかけて180℃に温めたオーブンで30分焼く。



④ 盛りつける

肉を切り、お皿に乗せて別皿のスタッフィングとジャムを添える。



まめ知識
中の具が落ちてしまうので、皮は全部はがさないように！

まめ知識
余った具は耐熱容器に入れて一箱にオーブンへ

まめ知識
焼き上がり直前にアルミホイルで包むとさらにしっとり！

mami+ プライベートブランド

今回使ったおすすめ商品

- ガーリックが効いた生ステーキソース 180g 298円+税
- ノンカフェイン有機ルイボスティ 3g×6P 298円+税
- 奥中山高原牛乳使用ワッフル 7個入 198円+税



今回のレシピはいかがでしたか？冬はおもてなしの機会が多い時期。簡単にできるので、ぜひ試してみてくださいね！

岩崎 愛さん

江戸の茶懐石「近茶流」に習い、自身がアレンジしたおもてなし料理とともに、毎月テーマを変えたワークショップを開催するサロン「おうちイベント」を自宅で主宰。見た目豪華、でも簡単♪が得意技。中学生と小学生男女2人のママでもある。

Enjoy Life! (株) マミーマート

マミーマートでは毎日の食生活を通して、健康的で充実した人生を送って頂きたい、地域の皆様のコミュニティのつらぎの場となる地域を明るくしていきたい、と考え、様々な「エンジョイライフ」の活動を行っています。

材料協賛: (株) マミーマート

埼玉&近隣で活躍中!

スマイルママコム登録講師主宰 お教室 & ワークショップ情報

絵画から craft まで

Création (クレアシオン)

講師 市川麻紗子

美術教師を経て、絵画、クラフト講師に。認定講師として、スクラップブック(ISA1級)、カルトナージュ、キットバスアート講座のほか、スタンプアート、子ども向けクラフト講座も開催中。



開催地区 幸手市・久喜市・越谷市・秩父市・さいたま市・都内・栃木県他
連絡先 sytyk366@ybb.ne.jp 080-5493-8737

市川麻紗子 スクラップブック 検索

花と音楽とアートで笑顔の輪

花音 kanon

講師 花輪千春

元幼稚園教諭の講師が期間限定の★今★を大切に過ごすための【花】【音楽・リトミック】【アート・手形】体験をご用意。企業、公共施設での経験豊富。出張・コラボ講座可能。



開催地区 大宮・浦和・武蔵浦和・春日部・桶川・鴻巣・吉祥寺・十条・我孫子
連絡先 LINEID: @花音 Kirasmile87@yahoo.co.jp

さいたま市 花音 検索

ママ向け講座&おやこ食育カフェ

ママのたからばこ

講師 吉川ゆか

食品衛生責任者、ベビーフードコンサルタントの資格所持講師による、すべてオリジナルの食育講座が好評。全講座がお子さま連れOKで、親子で楽しめる体験やあそびを交える内容です。カフェも開催中!



開催地区 川越・富士見・大宮
連絡先 LINE ID: @takarabako yumetaka0821@gmail.com 090-7194-6828

ママのたからばこ 検索

育児がもっと楽しくなる♪

おひるねアートきらきら

講師 西原ゆみ

赤ちゃんの時期はあっという間…笑顔も泣き顔も寝顔もかわいく残しませんか? 講師経歴: おひるねアート協会殿堂入り認定アーティスト。優秀講師賞関東1位。数々の企業アートを担当。



開催地区 上尾市・さいたま市
連絡先 ohiruneart.kirakira@gmail.com

おひるねアート 西原ゆみ 検索

ママとお子さまが笑顔になれる時間を♡

ぽっかぽか

講師 高田亜希子

ベビーヨガ、ハグヨガ(抱っこエクササイズ)、手形足形べったんアートなどの講座を開催しています。ママとお子さまが笑顔で過ごせる時間を一緒に楽しみませんか?



開催地区 上尾・川越・大宮・富士見・鶴ヶ島・東松山
連絡先 pokkapoka.1226@gmail.com 080-9371-1226

ベビーヨガ 高田亜希子 検索

ママを応援! 幸せお片付け

Happy♡Life

講師 大熊江美子

子育て中のママの「時間」を創り出すお手伝いをしています。お片付けを通して時間と余裕を作りませんか? 講師自宅の収納を実際に見学しながらお片付けについて学んでみましょう!



開催地区 さいたま市大宮区・北区
その他地域も出張可
連絡先 happy.emi0718@gmail.com

大熊江美子 片付け 検索

ママ講師の活躍を応援しています! スマイルママコム講師登録募集中! スマイルママコム ママ講師 検索

相談・紹介 無料

個別相談 毎日受付中



新築・リフォームの会社選びは 家づくり学校へ!

ハウスメーカー、工務店、建築家、リフォーム会社...どこがどうなの? その違いと特徴をご説明し、あなたにぴったりの住宅会社を提案・紹介します



「旬ごはん」レシピをウェブにてさらに掲載中! スマイルママコム 旬レシピ

検索

スマホ・PCから簡単予約OK!