



作り方

1. 鶏肉の皮にフォークなどで穴を開け、厚みのあるところには切り目を入れ、**A**に30分～1時間つけておく。
2. 野菜とまいたけに、塩をふる。
3. **1**の汁気をきり、波皿の中央に皮側を上にしてのせ、周りに野菜とまいたけを並べ、メニューの「**おまかせ肉野菜**」「**鶏肉 たれ**」「**中**」を選び、「**スタート**」ボタンを押し、焼く。

おまかせ肉野菜

使用付属品



鶏肉 たれ

火力の目安
中

材料（4人分）

鶏もも肉（皮付き）（1枚約200g） 2枚

A しょうゆ	大さじ1・1/2
みりん	小さじ2
砂糖	小さじ2
しょうが汁	少々

④を合わせておく

かぶ（厚さ1 c mに切る）	100g
かぼちゃ（厚さ1 c mに切る）	120g
まいたけ（小房に分ける）	100g
塩・こしょう	適量

材料（2人分）

鶏もも肉（皮付き）（1枚約200g） 1枚

A しょうゆ	大さじ3/4
みりん	小さじ1
砂糖	小さじ1
しょうが汁	少々

④を合わせておく

かぶ（厚さ1 c mに切る）	50g
かぼちゃ（厚さ1 c mに切る）	60g
まいたけ（小房に分ける）	50g
塩・こしょう	適量