

# 真っ赤なトマトの贅沢! チーズタッカルビ

## 【材料(3~4人分)】

鶏もも肉	.....	240g		
ズッキーニ	.....	1本		
なす	.....	1本		
にんじん	.....	1本		
玉ねぎ	.....	1/2個		
ブロッコリー	.....	1/3株		
ごま油	.....	大さじ2		
A	{	カゴメ基本のトマトソース(295g)	.....	1/2缶
		酒	.....	大さじ2
		砂糖	.....	小さじ1
		コンソメ	.....	小さじ1
		コチュジャン	.....	大さじ1
カゴメ基本のトマトソース(295g)	.....	1/2缶		
モッツアレラチーズ	.....	約100g		
牛乳	.....	大さじ4		

## 【作り方】

- ① 鶏もも肉は一口大に切る。ズッキーニ、なす、にんじん、玉ねぎは乱切り、ブロッコリーは小房に分ける。調味料Aを合わせておく。
- ② フライパンにごま油をひき、鶏もも肉を炒める。にんじんを加え、ある程度炒めたら、Aを加える。ズッキーニ、なす、玉ねぎ、ブロッコリーを加え炒める。
- ③ 別のフライパンにチーズを入れ、牛乳を少しずつ加えながら溶かす。チーズが溶けたらトマトソースを加えなじませる。
- ④ ②のフライパンを半分あけて、そこに③のチーズを入れる。
- ⑤ 具材にチーズを絡めながらいただく。