



モンテンドーレ

〈モンテ〉〈テンドウ〉〈オーレ〉

天童の食材でモンテディオ山形を
応援メニュー

🍴 材料（4人分）

鶏もも肉	160g
塩	0.4g
こしょう	少々
にんにく	0.8g
でんぷん	28g
揚げ油	20g

〈特製ソース〉

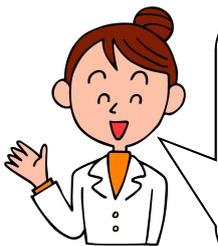
玉ねぎ	20g
天童ワイン	4g
カットトマト	20g
マッシュルーム	12g
コンソメ	0.8g
ケチャップ	20g
ラフランスピューレ	2g

🍴 作り方

1 鶏肉は、塩、こしょう、おろしたにんにくにつけ、でんぷんをまぶし、油で揚げる。

〈特製ソース〉

- 1 玉ねぎは、うすいスライスかみじん切りにする。
 - 2 天童ワイン、カットトマト、マッシュルームを入れて煮る。
 - 3 ラフランスピューレ、ケチャップ、コンソメを入れて、焦がさないよう弱火で煮る。
 - 4 トロトロになったら火を止める。
- 2 1の鶏肉に特製ソースをかけてできあがり。



家庭では、ラフランスの時期にみじん切りにして、トマトも生を使うと、さらに山形の味を楽しめます。

フルーツソースは肉を柔らかくしてくれる働きもあり、砂糖の甘さよりもまろやかにしあがります。天童ワインで煮込むことにより、味に深みが出ます。