



五泉産アロニアジャムの  
アロニアソース！

## チキンソテーアロニアソース

### 【材料（約4人分）】

・鶏肉切り身50 g	4切れ
・塩	少々
・こしょう	少々

#### 調味料

・アロニア&梅ジャム	大さじ1
・ブルーベリージャム	大さじ1
・レモン果汁	小さじ1/2強
・赤ワイン	小さじ2
・しょうゆ	小さじ1
・水	小さじ1

### 【作り方】

- ① 鶏肉に塩・こしょうをふり、もみ込み、下味をつける。
- ② 180°Cのオーブンで約15分焼く。（またはフライパンで焼く。）
- ③ 鍋に調味料を入れ、煮立てて、ソースを作る。
- ④ ②の焼いた鶏肉に③のソースをかけて、できあがり。