

#私の

ミ

ク

ル

鍋

MILK



賛否両論  
 笠原将弘  
 腕吉遊心

## 「賛否両論」店主 笠原将弘さん考案 「ミルク鍋2023」レシピ①

1

### 鶏大根のミルク鍋



日本料理「賛否両論」店主 笠原 将弘 (かさらは まさひろ) さん

1972年 東京都生まれ。

焼鳥店を営む両親の背中を見て育ち、高校卒業後、「正月屋吉兆」で9年間修業後、実家の焼鳥店を継ぐ。店の30周年を機に一旦店を閉め、2004年、恵比寿に自身の店「賛否両論」を開店。

「万人に好かれなくていい。自分の料理とやり方を好きだと言ってくれる人が来てくれれば…」との想いを店名に冠した18席

の小さな店は、独自の感性で作上げる料理が評判を呼び、たちまち予約の取れない人気店となる。2013年名古屋に「賛否両論名古屋」を開店。

和食給食応援団東日本代表として、小学校での授業などを通し、子ども達への食育、和食推進活動にも力を注いでいる。基本的な家庭料理から専門料理まで、和食の魅力を伝える著書も多数。



#### 鶏大根のミルク鍋



#### 材料 4人分



鶏もも正肉…1枚  
 (300gぐらい)  
 手羽元…8本  
 大根…400g  
 長ねぎ…1本  
 しめじ…1パック  
 木綿豆腐…1丁  
 牛乳…500ml  
 塩、黒胡椒…少々

だし…800ml  
 A 薄口しょうゆ…大さじ4  
 みりん…大さじ4

#### 作り方

- ① 大根はピーラーでリボン状にむく。
- ② 長ねぎはななめ薄切り、しめじは根元を取り手でほぐす。豆腐は8等分に切る。
- ③ 鶏肉は一口大に切る。
- ④ 鍋にAを合わせて火にかけ、鶏肉と手羽元を入れ、沸いたらアクを取り、弱火にして7~8分煮る。
- ⑤ 大根、しめじを加えて5分ほど煮て、牛乳を加えて弱火で沸かさないようにして塩で味を調える。
- ⑥ 長ねぎ、豆腐を加えてさっと煮て食べる。お好みで黒こしょうをふる。



#### 鍋の〆

〆は、ごはんと玉子でぞうすい風に。



主催 一般社団法人Jミルク 「#私のミルク鍋」プレゼントキャンペーン 2023年12月15日(金)~2024年1月31日(水)

お問い合わせ 一般社団法人Jミルク コミュニケーショングループ milkday@j-milk.jp

