

# 鶏むね肉のサラダ

## 材料

- 鶏むね肉  
・・・1枚(300g程度)
- 塩・・・・30g
- 水・・・・3ℓ
- 盛り付け用サラダ  
・・・お好みで



## 作り方

- ①水に塩を入れて、火にかける。
- ②沸騰したら肉を入れ、火を消す。
- ③常温になるまでそのままにする。(鍋蓋はしない)
- ④お湯が常温になったら、肉を取り出し、薄くスライスする。
- ⑤お好みの野菜に合わせて完成。

