

食材2つだけ!

たまご

×

豆苗

包丁不要でパパッと完成

豆苗のたまご炒め

材料 (2人分)

たまご 3個

豆苗 1パック

○鶏ガラスープの素(顆粒)
..... 小さじ1/2

○オイスターソース 小さじ1/2

塩・こしょう 少々

ごま油 大さじ1

1 ハサミで切る

豆苗はハサミで豆の少し上を切る。ボウルにたまごを割り入れ、○を加えて良く溶きほぐす。

2 フライパンで炒める

フライパンにごま油を入れて中火で熱し、たまごを流し入れる。ヘラでかき混ぜ、半熟になったらいったん皿に取り出す。豆苗を1分炒め、たまごを戻し入れる。塩・こしょうで味を調える。

調理時間

5分



このお店のチラシが見られる!

トクバイ

検索