

食材2つだけ!

卵

×

もやし



調理時間

10分

もやし料理の満足度アップレシピ

もやしの卵あんかけ

材料 (2人分)

卵 2個

もやし 1袋

○酢 大さじ1

○ケチャップ 大さじ1と1/2

○砂糖 小さじ2

○しょうゆ 小さじ2

○鶏ガラスープの素(顆粒)
..... 小さじ1/2

○片栗粉 小さじ1

塩・こしょう 少々

ごま油 大さじ1と1/2

1 フライパンで炒める

フライパンにごま油の半量を入れて中火で熱し、もやしを1分炒めたら塩・こしょうをふって皿に盛る。残りの半量のごま油をフライパンに入れて中火で熱し、溶いておいた卵を流し入れてヘラで半熟になるまで炒め、もやしの上にのせる。

2 あんを作る

フライパンに○と水100mlを入れてヘラでしっかり混ぜ、弱火にかける。ヘラでかき混ぜながら加熱し、とろみがついたら火を止め、卵の上にかける。



このお店のチラシが見られる!

トクバイ

検索