

食材2つだけ!

いんげん

×

とうもろこし



調理時間

15分

とうもろこし × バター醤油の間違いないおいしさ!

いんげんととうもろこしのバター醤油炒め

材料 (2人分)

いんげん ……………10本

とうもろこし ……………1本

○しょうゆ ……………小さじ1

○みりん ……………小さじ1

○酒 ……………小さじ1

○バター……………10g

○こしょう ……………少々

オリーブオイル……………小さじ2

1 材料を切る

いんげんは半分の長さに切る。耐熱皿にのせてラップをかぶせ、600Wの電子レンジで1分半加熱する。とうもろこしは皮をむき、包丁を使って芯から実を削ぐように切る。

2 炒める

フライパンにオリーブオイルを入れて中火にかけ、とうもろこしを1分炒める。いんげんを加えてさらに1分炒め、○を入れて全体を炒め合わせる。



この店のチラシが見られる!

トクバイ

検索