

食材2つだけ!

豚ロース肉

×

なす

調理時間

15分

いつものそうめんをちょっとアレンジ

豚しゃぶとなすのそうめん

材料 (2人分)

豚ロース肉(しゃぶしゃぶ用)

..... 150g

なす..... 2本

小ねぎ(あれば)..... 2本

そうめん.....4束(200g)

○めんつゆ(ストレート)

..... 200ml

○ごま油.....小さじ1

1 材料を切る

なすは1本ずつラップに包み、耐熱皿にのせて600Wの電子レンジで3分半加熱する。縦に4等分に切り、水に5分さらす。小ねぎを小口切りにする。

2 茹でる

鍋に湯を沸かし、酒大さじ1(分量外)を入れ、沸々とする火加減で豚肉を色が変わるまで茹でる。色が変わったらザルに引き上げて冷ます。

3 仕上げ

別の鍋でそうめんを規定時間茹で、流水で冷やして水けをしっかりと切る。そうめんを皿に盛り、水けをペーパータオルで拭き取ったなす、豚肉をのせる。○をかけ、小ねぎをちらす。



この店のチラシが見られる!

トクバイ

検索