

食材2つだけ!

豚バラ肉

×

小松菜



調理時間

20分

パリッと麺がアクセント

豚肉と小松菜のあんかけ焼きそば

材料 (2人分)

豚バラ肉(薄切り) …… 120g
小松菜 …… 2束
中華麺(焼きそば用) …… 2人分
片栗粉 …… 小さじ1と1/2
サラダ油 …… 大さじ1
ごま油 …… 大さじ1

○鶏ガラスープの素(顆粒)
…………… 小さじ1/2
○しょうゆ …… 大さじ1
○酒 …… 大さじ1
○オイスターソース …… 小さじ1
○砂糖 …… ひとつまみ
○しょうがチューブ …… 5mm

1 材料を切る

小松菜は4cmの長さに切る。豚肉は3cm幅に切る。ボウルに片栗粉と水大さじ1(分量外)を入れて混ぜる。

2 麺を焼く

フライパンにサラダ油を入れて中火にかけ、麺をほぐしながら焼く。ほぐれたらフライパンに押し付けるようにしてカリッとさせ、皿にのせる。

3 炒める

フライパンにごま油を入れて中火にかけ、豚肉を色が変わるまで炒める。小松菜を加えサッと炒めたら、水150ml(分量外)と○を入れて2分煮る。水溶き片栗粉を回し入れる。とろみが付いたら火を止め、2にかける。



この店のチラシが見られる!

トクバイ

検索