

とっておきレシピ RECIPE

緑豆もやしと金華ハムの炒め



材料

(2人前)

ベストモヤシ[緑豆モヤシ](200g)

金華ハム(20g)

紹興酒(適宜)

鶏がらスープ(適宜)

塩(適宜)

コショウ(適宜)

水溶き片栗粉(適宜)

サラダ油(適宜)

作り方

1. 金華ハムは細目の千切りにする。ベストモヤシは芽をとる。
2. 300ccに対し小さじ1杯の塩とサラダ油を加えた湯で、ベストモヤシをサッとボイルする。
3. 中華鍋にサラダ油を熱し、(1)と(2)を炒め、紹興酒を入れて香りを出す。
4. 塩、コショウ、鶏がらスープで調味する。
5. 水溶き片栗粉を加え、全体をまとめる。