



調理時間 40分

材料 4人分

海老	20尾	濃いくち醤油	大さじ 1
油	大さじ 3	酒	大さじ 1
(a)			
深ねぎのみじん切り	大さじ 3	しょうがのみじん切り	大さじ 3
にんにくのみじん切り	大さじ 3		
(b)			
水	大さじ 7と1/2	ケチャップ	大さじ 3
塩	小さじ 1と1/2	酒	大さじ 1と1/2
砂糖	小さじ 1/2	酢	大さじ 1
片くり粉	大さじ 1と1/2	水	大さじ 3

作り方

1. 海老は綺麗に洗って殻をむきます。  
背中に切り目を入れて背ワタを取り、下味（濃いくち醤油・酒）をつけます。
2. (a) はそれぞれ、みじん切り (b) は混ぜ合わせておきます。
3. 大きめのフライパンに油を入れて熱し海老が赤くなるまで強火で炒めます。
4. 上記 3.に (a) を加えて炒めます。



5. 上記 4.に調味料（b）を加えて混ぜます。



6. 煮立ったら水溶き片くり粉でとろみをつけます。



### アドバイス

◎ 香味野菜を切ったり調味料を計るのに少し時間がかかりますが、それが済めば仕上げは簡単です。

◎ 段取りを整えて 5 分以内に仕上げるのがポイントです。