

**材料 2人分**

冷凍海老	100 g
塩・こしょう	少々
酒	小さじ1
たまご	2個
塩	少々
酒	小さじ2
絹さや	50 g
油	大さじ1

**調理時間 25分** ※解凍時間を除く**作り方**

1. 海老は殻をむき包丁で背開きにして背ワタをとり下味をつけます。
2. たまごはボウルに入れて溶きほぐし調味します。
3. 絹さやはスジを取りさっとゆでておきます。
4. フライパンに油を入れて海老を炒めます。溶きたまごを加えて炒めて、たまごが半熟になったら絹さやを加え、塩・こしょう(分量外)で味をととのえます。

**アドバイス**

◎海老は冷凍のものを解凍して使います。大きさは関係ないので、小さな海老がたくさん入っても見栄えがよく、小さな子供さんでも食べやすいです。