



調理時間 25分

材料 2人分

ご飯	2杯分
チンゲン菜	1株
むき海老	100g
きくらげ(乾)	4g
サラダ油	大さじ1
中華スープの素	小さじ1
酒	大さじ1
こいくちしょうゆ	大さじ1
砂糖	大さ1/2
片くり粉	小さじ1
水	小さじ2

作り方

1. きくらげは水に浸して戻します。チンゲン菜は縦6等分に切ります。海老は洗って背ワタを取ります。
2. フライパンにサラダ油を入れて熱して、海老を炒めます。海老に火が通ったら、チンゲン菜ときくらげを入れて炒めます。調味料を入れてよく混ぜます。
3. 2. に水で溶いた片くり粉をまわし入れて、トロミがついたら火を止めます。
4. 器にご飯を盛り、3. をかけます。



アドバイス

◎休日のお昼向きの料理です。海老の大きさに食べごたえのある料理に仕上がります。