

ジャージャーめん



材料（4人分）		切り方	作り方
中華めん	640g		<p>〈肉みそ〉</p> <p>①鍋にサラダ油をしき、しょうが～長ネギを炒めて香りを出す。</p> <p>②香りが出たら豚ひき肉、トウバンジャンを入れ、色が変わったらその他の野菜も入れて炒める。</p> <p>③鶏ガラスープと★の調味料を入れて煮る。</p> <p>④野菜に火が通ったら水溶き片栗粉を入れて（●）とろみをつける。</p> <p>〈中華めん〉</p> <p>中華めんは茹でた後、流水で冷やします。水気を切ってごま油をまぶす。</p> <p>〈野菜〉</p> <p>野菜をさっと湯通しして水気を切る。</p> <p>〈仕上げ〉</p> <p>麺を盛り付けて肉みそをかけ、その上に野菜を盛り付ける。</p>
ごま油	小さじ2		
サラダ ^{アブラ} 油	適量		
しょうが	2g	みじん切り	
にんにく	2g	みじん切り	
長ネギ	25g	みじん切り	
干しいたけ	4g	粗いみじん切り	
にんじん	60g	粗いみじん切り	
たけのこ	120g	粗いみじん切り	
豚ひき肉	180g		
トウバンジャン	小さじ1/2		
鶏ガラスープ	260mL		
★八丁みそ	大さじ2強		
★しょうゆ	大さじ2		
★酒	大さじ1と1/3		
★砂糖	大さじ2強		
●片栗粉	大さじ1強		
●水	大さじ2		
もやし	120g		
きゅうり	80g	千切り	

