

ジャージャー麺



●ジャージャー麺

北京を中心とした中国北部の家庭料理。豚ひき肉と細かく切った野菜を炒めて、味噌や豆板醤などで味付けした甘辛の肉味噌を中華麺にかける料理です。

中国語では「チャーチャンメン」と言っています。

もやしときゅうりをそえて日本風にアレンジし、食べやすくなっています。ハムを入れたり薄焼き卵を入れたり、色々な食べ方があります。

材料（4人分）		切り方	作り方
中華麺	640g		<p>〈肉味噌〉</p> <p>① 鍋にサラダ油をしき、しょうが～長ねぎを炒めて香りを出す。</p> <p>② 香りが出たら、豚ひき肉・豆板醤を入れ、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・★の調味料を入れて煮る。</p> <p>④ 野菜に火が入ったら、水溶き片栗粉（●）を入れてとろみをつける。</p> <p>〈中華麺〉</p> <p>⑤ 中華麺はたっぷりの湯でゆで、流水で冷やしたら、水気をしっかり切って、ごま油をまぶす。</p> <p>〈野菜〉</p> <p>⑥ 野菜をさっと湯通しし、水気をきっておく。</p> <p>〈仕上げ〉</p> <p>⑦ 麺を盛り付け、肉味噌をかけ、野菜を肉味噌の上に盛り付ける。</p>
ごま油	小さじ2		
サラダ油(炒め油)	適量		
しょうが	2g	みじん切り	
にんにく	2g	みじん切り	
長ねぎ	25g	みじん切り	
干しいたけ	2枚(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		
豆板醤	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	