

# おうち de 満洲レシピ

Vol.32

## そば飯<sup>めし</sup>



ソースの香りが  
食欲をそそる！  
目玉焼きをのせても  
おいしい♪

材料  
(2〜3人前)

★ 蒸麺 (1cm〜2cmに切る) … 1玉

- キャベツ (粗みじん切り) … 100g
- 豚バラ薄切り肉 (1cm幅に切る) … 100g

★ 焼そばタレ … 2袋

- ご飯 … 250g
- 油 … 大さじ1/2
- 紅生姜、こしょう … 適量



作り方

- ① フライパンに油をひき、豚バラ肉、キャベツの順に炒め、こしょうを振ります。
- ② キャベツがしんなりしてきたら、**蒸麺**を入れ炒めます。
- ③ ②にご飯を入れ、混ぜ合わせて炒めます。
- ④ **焼そばタレ**を入れ、全体に絡めながら水分が飛ぶまでよく炒めます。
- ⑤ 皿に④を盛り付け、紅生姜を添えて完成です。  
お好みで青のり、かつお節などをのせても！

レシピ考案者 阪急高槻市駅前店 濱田



★マークは自家製お土産商品です。

ぎょうざの満洲

“そば飯”にはこれ！



焼そば用

蒸麺

蒸中華麺  
(1玉170g)

通常  
価格

55円 + 税

特売日価格

45円 + 税

お子さまも好きな味♪



焼そばソース

30円 + 税



お土産コーナーで販売中！

202010YY