

おうち de 満洲レシピ

Vol.38

キャベツとアサリの あんかけ焼きそば

好きな野菜で
簡単に作れます!



材料
(1人前)

★蒸麺…1袋

- 油…蒸麺用 大さじ1
炒め用 小さじ1
- にんにく(みじん切り)…1/2片
- 豚肉(一口大に切る)…25g

A

- キャベツ(ざく切り)…100g
- 殻付きアサリ(砂抜きする)…75g
- お好みの野菜…140g程度

- 酒…小さじ1
- コショウ…少々
- ごま油…適量

B

※混ぜ合わせておく

- 水…250cc
- 片栗粉…大さじ1.5

★しおタレ…1袋

作り方

- ① フライパンに油(大さじ1)を入れ、**蒸麺**を広げて炒め、皿に盛り付けます。
- ② フライパンに油(小さじ1)を入れ、にんにく・豚肉を入れて七分くらい火を通します。次に、**A**を入れて炒めます。
- ③ 酒・コショウを入れて、よく混ぜた **B** を入れ餡を作ります。とろみがついてアサリが開いたら、ごま油を回しかけます。
- ④ ①の蒸麺の上に、③の餡をかけて完成です。

レシピ考案者 高円寺北口店 吉澤

★マークは自家製お土産商品です。

ぎょうざの満洲



焼そば用

蒸麺 蒸中華麺
(1玉170g)

通常価格 **60円**(税込)

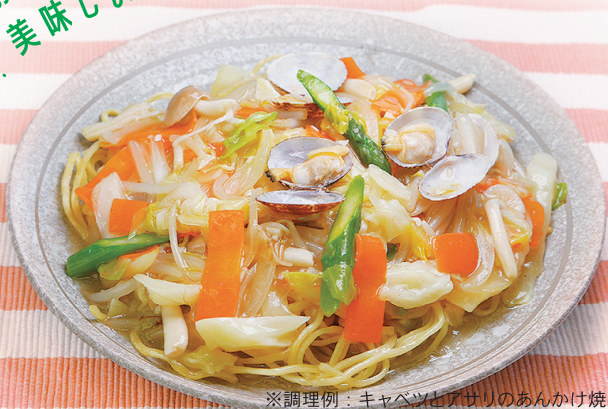
特売日価格

50円(税込)



アサリスープ入り
しおタレ
40円(税込)

お酢をかけても
美味しいです♪



※調理例：キャベツとアサリのあんかけ焼きそば

お土産コーナーで販売中!

202104MS