

挽肉に染み込むキムチ味が絶品

うまうま担々麺



材料(2人分)

中華麺

2玉

チンゲン菜

1株

もやし

1/2袋

豚ひき肉

150g

にんにく、しょうがのみじん切り

各1かけ

キムチ漬の素

50g

酒

大さじ2

みりん

大さじ1

① 長ねぎのみじん切り 1/2本分

② 練りごま 大さじ4

③ すりごま 大さじ2

④ しょうゆ 大さじ2

⑤ 鶏がらスープの素 小さじ1

⑥ 酢 大さじ1

作り方

① チンゲン菜、もやしをよく洗い、水気を切っておく。チンゲン菜は縦4等分にカットする。

② フライパンにサラダ油大さじ1(分量外)を入れ、熱し、ひき肉を炒める。火が通ってきたら、にんにく、しょうが、キムチの素を入れ、全体になじむまで炒め、さらに酒、みりんを加える。汁けがなくなったら火を止める。

③ 鍋にAの材料を全て入れておく。

④ 違う鍋にたっぷり湯を沸かし、チンゲン菜、もやしを軽く茹でて取り出す。同じ鍋に続けて中華麺を袋の指示通りにゆでる(ゆで汁は使用するので捨てないこと!)。麺を取り出したら半量ずつ器に盛りつける。

⑤ ④のゆで汁の600ccを③の鍋に入れ、よく混ぜながら軽く沸騰させる。

⑥ ④の器に②のひき肉、チンゲン菜、もやしを半量ずつ盛り付け、⑤のスープを注いだらできあがり!

肉炒める | 献立

撮影 料理スタイリング / kunie ochi
構成 / naoki onishi

