

汁なし混ぜ麺

力カオ風味の大人味の肉みそ。濃厚なのに後味すっきり、クセになりそう！



材料

2人分

- ・もやし 1/2袋
- ・豆苗 1/2袋
- ・中華生麺 2玉
- ・卵黄 2個分

【下味】

- ・めんつゆ 大さじ1・1/2
- ・ごま油 小さじ1
- ・黒酢 大さじ1（＊なければ酢でも可）

【肉みそ】

- ・ごま油 大さじ1
- ・豚肉（ひき） 150g
- ・[a]「チョコレート効果CACAO95%」 3枚
- ・[a]しょうが（みじん切り） 1かけ
- ・[a]酒・みそ 各小さじ4
- ・[a]砂糖・オイスターソース 各小さじ1
- ・[a]水 1/3カップ

作り方

- ① もやしは耐熱皿に入れラップをふんわりとかけて、電子レンジで1分30秒加熱し水気をきっておく。豆苗は長さ2cmに切る。
- ② 肉みそを作る。フライパンにごま油を熱し、豚肉を加えて炒め、肉の色が変わってきたら[a]の材料を入れ、汁気が少し残る程度までかき混ぜながら煮詰める。
- ③ 中華生麺は袋の表示通りにゆで、流水で洗ってぬめりをとってから水気を絞り、下味の材料を加えて絡める。
- ④ 器に麺を盛り、①の野菜と肉みそをのせ、中央に卵黄をのせ、混ぜながらいただく。