



親父に教えてもらった 四川坦々麵

Shisen Tantanmen

材料

インスタントラーメン (マルタイラーメン)
..... 1人分
豚挽き肉 50g
ザーサイ 20g
長ねぎ (白い部分) 10cm
青梗菜 1/2 株

A 芝麻醬 大さじ2
醤油 大さじ2
ラー油 大さじ1
ねぎ油 小さじ1/2
酢 小さじ1/2

B 甜麵醬 大さじ1
生姜 (チューブ) 2cm
にんにく (チューブ) 2cm
塩、こしょう 少々
鶏ガラスープの素 小さじ1
水 200ml
ごま油 適量

作り方



- 1 ザーサイ、長ねぎはみじん切りにする。
- 2 ジッパー付き保存袋に**1**と**A**を入れ、軽く混ぜ合わせておく。



- 3 中華鍋にごま油を入れて火にかける。豚挽き肉と**B**を入れ、こんがりするまで炒めたら、取り出しておく。
- 4 中華鍋に湯 (分量外) を沸かし、青梗菜をさっと湯通ししておく。
- 5 袋の表示通りに麺をゆで、湯をきる。
- 6 中華鍋に水と鶏ガラスープの素を入れ、ひと煮立ちしたら器に注ぎ**2**を入れ優しく混ぜる。
- 7 器に**5**の麺を入れ、**3**の肉味噌と**4**の青梗菜を添える。

CHAPTER 4
村田流山中華

ごはん編

