

## 緑豆春雨のチャプチェ



《材料 4人分》

• 緑豆春雨 30g

• 牛肉 40g

A (しょうゆ 5cc 砂糖2g にんにくすりおろし2g ごま油3cc)

• 人参 20g

• ピーマン 15g

• エリンギ 15g

B (砂糖 7g 料理酒5cc みりん5cc 薄口しょうゆ10cc

鶏ガラスープの素4g)

• ごま油 3cc

• 白ごま 5g

《作り方》

- ① 牛肉はAの調味料に漬けておく。
- ② 人参、ピーマンは細切りにカット、エリンギは短冊にカットします。
- ③ 緑豆春雨はお湯で戻して、食べやすい長さにカットしておく。
- ④ 熱したフライパンにごま油をひき、①を炒め軽く火が通ったら②を入れて更に炒める。
- ⑤ ④に③とBの調味料を入れて全体に味がなじむまで炒める。
- ⑥ 仕上げに白ごまを加えて混ぜる。