



とろーリアツアツ
豚のあんかけ焼きそば



【材料 4 人分】

豚肉スライス	200g
玉ねぎ	1/2 個
人参	1/2 本
白菜	4 枚
ピーマン	1 個
にんにく	1 かけ
焼きそばの麺	4 玉
〔水	50cc
〔酒	大さじ 1
〔しょうゆ	大さじ 2
サラダ油	大さじ 1
ゴマ油	小さじ 1
〔片栗粉	大さじ 4
〔水	大さじ 4

スープの分量 A

〔水	1600cc
〔鶏ガラスープの素	大さじ 3
〔酒	大さじ 2
〔塩	小さじ 2
〔しょうゆ	小さじ 2
〔オイスターソース	小さじ 2
〔コショウ	適宜(多め)

1. 材料をすべて、細切りにする。
2. 片栗粉と水を混ぜ、水溶き片栗粉を作っておく。
3. フライパンに、サラダ油大さじ 1 と、みじん切りのにんにくを入れ、香りが出るまで弱火にかける。
4. 中火にして豚肉、玉ねぎ、人参、白菜、ピーマンの順に入れ、さっと炒める。
5. そこへスープの分量 A を入れ、ふたをして弱火で 5 分ほど煮る。
6. ゴマ油をまわし入れ、水溶き片栗粉でとろみをつける。
7. 別のフライパンに少量のサラダ油を熱し、焼きそばの麺と水と酒を入れ炒め、しょうゆを入れて焼き付ける。
8. お皿に麺を入れ、上から⑥をかける。

ウェイパー(半練りタイプ中華スープの素)を使った簡単メニュー

玉子スープ

【材料 4 人分】

水	800cc
ウェイパー	大さじ 1
卵	2 個
細ネギ	適宜
コショウ	少々

鍋に、水とウェイパーを煮立て、溶いた卵を少しずつ垂らし、すぐに火を止め、ふたをして蒸らす。細ねぎを散らして出来上がり。お好みでコショウをふる。

チンゲン菜炒め

【材料 4 人分】

チンゲン菜	1 把
ウェイパー	小さじ 1
サラダ油	適宜

フライパンにサラダ油を熱し、チンゲン菜を炒め、きれいな緑色になったらウェイパーを入れ軽く炒めて出来上がり。

一口メモ

鶏ガラスープの素を、ウェイパーに変えてみてください。いつもの料理が、グンと、お店の味っぽくなりますよ。ウェイパーは、スーパーの中華材料コーナーに、おいてあるところが多いです。他にもいろんな使い道があって便利です。下記に紹介しておきます。