



【きくらげのとろふわ炒め】



奈須 裕助 (なす・ゆうすけ) さん

材料 (2人分)

きくらげ(乾)	20g	しょうゆ	大さじ1
ミニトマト	4コ	酒	大さじ1
卵	3コ	砂糖	大さじ1/2
オイスターソース	大さじ1	オリーブ油	大さじ3
鶏がらスープの素	大さじ1	小ねぎ	15g

手順

- (1) 乾燥きくらげを15分程水につけて戻す。戻したきくらげは一口大に切る。
- (2) ミニトマトは4等分に、小ねぎは小口切りにする。卵は溶いておく。
- (3) 特製ソースを作る。鍋にオイスターソース、しょうゆ、酒、砂糖、鶏がらスープの素を入れ、弱火にかける。軽くとろみがつくまで煮込む。
- (4) フライパンに、オリーブ油を入れ強火で熱し、きくらげ、ミニトマトをさっと炒める。火が通ったら、溶き卵を回し入れ4～5秒かき混ぜ、すぐに火を止める。
- (5) 器に盛り付け、特製ソースを回しかけ、小ねぎを散らしたら完成。