

かに玉



材料 2 人分

材料名	使用量	材料名	使用量
卵	4個	＜餡＞	
＜A＞		鶏がらスープ	200ml
長ネギ(みじん切り)	20g	いさだ醤油	10g
カニ(ほぐし身)	50g	オイスターソース	10g
いさだ醤油	5g		
ごま油	3g	水溶き片栗粉	24g
胡椒	少々	(水：片栗粉＝2：1)	
サラダ油	25g		
青ネギ(小口切り)	適量		

料理特徴

具にも餡にもいさだ醤油を使った、風味も旨味もリッチなかに玉です。

作り方

- ①卵を白身を切るようにしっかり溶きほぐし、＜A＞を加えて混ぜる。
- ②中華鍋にサラダ油(分量外)を適量加えてよく熱したら余分な油を取り除く。
- ③②の中華鍋にサラダ油25gを入れて中火で熱し、①を一気に加えて大きく混ぜながら半熟に仕上げ、器に盛る。
- ④③の中華鍋に＜餡＞を入れて煮立たせ、水溶き片栗粉でとろみを付ける。
- ⑤器に盛った卵に④をかけ、青ネギを散らして出来上がり。