

チャプチェ



料理特徴

おだやかな香りの正田なま醤油がにんにくやごまを引き立て、風味よいチャプチェに仕上がります。

材料 4 人分

材料名	使用量	材料名	使用量
韓国春雨(乾燥)	120g	玉ねぎ	60g
牛もも肉(薄切り)	100g	人参	40g
椎茸	30g	ニラ	30g
<A>		胡麻油	5g
正田なま醤油	25g	塩胡椒	少々
砂糖	5g		
にんにく(すりおろし)	3g		
いりごま	3g	正田なま醤油	35g
胡麻油	3g	砂糖	20g
		にんにく(すりおろし)	3g
		いりごま	3g

作り方

- ①韓国春雨はたっぷりの湯で6分程度茹で、水をきって食べやすい長さに切る。
- ②牛肉を細切りにして<A>で和え、フライパンで炒める。肉の色が変わってきたら薄切りにした椎茸を加えて炒め、火が通ったら皿に移す。
- ③玉ねぎは薄切り、人参は細切りにし、胡麻油で炒める。しんなりしたら4cm幅に切ったニラを加えて炒め、塩胡椒をふって皿に移す。
- ④③のフライパンに①の春雨を入れを加えて炒める。春雨に味がなじんだら②・③を加えて炒め合わせ、出来上がり。