

春雨とブロッコリーのオイスターソース炒め

材料 (1人分)

春雨	5g
ブロッコリー	20g
白ねぎ	2g
しょうが	少々
オイスターソース	1cc
しょうゆ	1cc
酒	1cc
きび砂糖	0.8g
塩こしょう	少々
ごま油	1cc



作り方

- ①春雨はゆでて水で冷やし、適当な長さに切る。ブロッコリーは小房に分けて熱湯でさっとゆでる。白ねぎは薄切りする。しょうがはすりおろす。
- ②ごま油を熱し、しょうがを入れて炒め、白ねぎを加えてさらに炒める。調味料を加えて味を調える。
- ③ブロッコリー、春雨を加えて混ぜる。