

麻婆茄子

ひき肉と茄子のシンプルな炒め物

ジャンル

中華

麻婆茄子



材料

茄子
片栗粉
合挽き肉
長ネギ
生姜
サラダ油
麻婆ソース
万能葱
サラダ油

作り方

【準備】

1. 茄子は乱切り、長ネギ、生姜はみじん切りに、万能葱は小口切りにする。
2. 茄子に片栗粉をまぶして、170℃のフライヤーで揚げる。

【調理】

1. フライパンにサラダ油を入れて熱し、生姜、長ネギを炒めて、香りが立ってきたら合挽き肉を加えて、更に炒める。
2. 1に揚げた茄子を加え混ぜて、麻婆ソースを加えよく和えて、火を止める。
3. 器に盛り、完成。

《調理時における特記事項》

茄子は下揚げした方が色も鮮やかに仕上がります。

《提供時における特記事項》

輪切りとうがらしをプラスして、辛みを加えるのもお勧めです。

調理時間

1分

分量

1人分

製品番号・製品名



季節

商品部類

中華たれ

33324麻婆ソース