

# ジャージャー麺 の作り方



1. 干しいたけを水で戻しみじん切り。

(戻した水は取っておきます。)

たけのこ、ねぎのみじん切り、

えだまめは半量をみじん切りにする。



2. 油を熱し、挽き肉をほぐしながら

炒める。



3. 1の具材とおろしにんにく、

おろししょうがを加えて炒め、

しいたけの戻し汁も加える。



4. (A)の調味料を全て加えて煮る。

5. 片栗粉を水で溶かし入れて

とろみをつける。



6. 中華麺の上にかけて完成♪



～材料～ (子ども2人分)

- 中華麺…200g
- 豚挽肉…70g
- 干しいたけ…2g
- たけのこ(水煮)…25g
- えだまめ…70g
- ねぎ…12g
  
- 油…小さじ1/2
- おろしにんにく…2g
- おろししょうが…2g

(A)

- 鶏ガラ顆粒…大さじ1
- 水…80cc
- 砂糖…小さじ2
- 酒…小さじ1
- 味噌…小さじ1と1/2
- ごま油…小さじ1
- 豆板醬…0.5g
- 甜麵醬…2g
  
- 片栗粉…2g
- 水…小さじ1

**Point!** えだまめはみじん切りにすることで子ども達の食べが良くなりました! 園では

半量をミキサーにかけています。お家でもお子さんの食べやすい形状にしてみてください★

豆板醬は辛いので園では風味付け程度に少量入れています。お好みで量は調節してみてください♪

下さい♪