



仙台麩とさつまいものピリ辛炒め



| 【材料】 | 分量 (10本分) |
|-------------------|-----------|
| 仙台麩 (1cm幅の輪切り) | 小1本 |
| さつまいも | 1/2本 |
| 塩・コショウ | 適量 |
| 【調味料】 | |
| バター | 大さじ1 |
| めんつゆ | 大さじ1~2 |
| 砂糖 | 大さじ1 |
| コチュジャン | 大さじ1/2 |

【調理方法】

1. 仙台麩を5分程度ぬるま湯で浸しザルにあける程度に水気切る。
2. さつまいもは洗い、皮付きのままスティック状に切り、水にさらし、水気をふき取り、レンジで2分程加熱して塩コショウをふる。
3. フライパンにバターを加えて2) を炒め、他の調味料全てと仙台麩を加えて焦げないようにからめる。