

ピーマンじゃこ焼きそば

【材料：2人分】

- ピーマン 300g (約 10 個)
- 焼きそばめん 2人分 (300g)
- サラダ油 大さじ2
- 白だし 大さじ1
(吸い物で 1:9 濃縮タイプ使用)
- 釜あげしらす 60g



【作り方】

1. ピーマンを細切りにし、焼きそばめん、釜揚げしらす、サラダ油、白だしを用意する。



2. フライパンに油を引かずに、焼きそばめんをこんがり焼いて取り出しておく。



3. フライパンに多めに油を引いて、ピーマンを揚げ焼きにする。



4. ピーマンが柔らかくなったら、キッチンペーパーで余分な油を取る。



5. 焼きそばめんを加えて、白だしを入れて、よく混ぜる。



6. 皿に盛って、釜あげしらすをのせたら完成。

