

♪ エコアのガスでうまかきん〜♪

コンロ料理

具たくさん五目春巻き



材料：2人分

- 春巻き皮 … 4枚
- A. 豚ひき肉 … 80g
- B. ピーマン … 1/2個
- B. ニラ … 20g
- B. えのき … 30g
- B. 干し椎茸（戻し） … 2個
- B. 春雨（乾） … 15g
- C. 油 … 大さじ 1/2
- D. 椎茸戻し汁 … 150cc
- D. 料理酒 … 大さじ 1
- E. こいくち醤油 … 大さじ 1
- E. オイスターソース … 小さじ 2
- E. 砂糖 … 小さじ 1/2
- F. ごま油 … 小さじ 2
- F. 水溶き片栗粉 … 小さじ 2



- ① A 豚ひき肉はギリギリまで冷蔵庫に置いておく。B ピーマンは細切りに、ニラは3〜4cm長さに、えのきは3cm程度に、水で戻した干し椎茸は細切りにする。春雨は水で戻して、食べやすい大きさにカットする。



- ② フライパンに油を熱し、豚ひき肉を炒める。豚肉の色が変わったら、えのき、椎茸、春雨を入れてよく炒める。



- ③ 料理酒、椎茸の戻し汁、Eの合わせ調味料を加えて、中弱火で3〜4分間煮込む。



- ④ 最後にごま油を加え、水溶き片栗粉（片栗粉：水=1：1）を回し入れてとろみをつける。パットに広げ、冷蔵庫でしっかり冷ます。

ポイント

しっかり冷ますことで、春巻きの皮が破れることを防ぎます。



- ⑤ 春巻きの皮を広げ、具材を手前側に置いて巻く。巻き終わりはペースト状にした小麦粉水を糊代わりにつけて、巻く。



- ⑥ 油を170〜180℃程度に熱し、全面がきつね色になるまで揚げる。

ポイント

この時、ガス台の便利な「温度設定機能」を使うと設定温度をキープしたまま上げることができます。