

野菜たっぷりマーボーラーメン

材料

合い挽きミンチ、豆腐 冷蔵庫に余っている野菜すべて (例えば…白菜、玉ねぎ、人参、大根、白ネギ、なすび、ピーマン、椎茸、えのき、にら など)

A調味料…おろしにんにく、おろし生姜、サラダ油、水、味醂、砂糖、豆板醤、ごま油、片栗粉

- ① 深めのフライパンをあたためて、サラダ油を薄くひいて、合い挽きミンチを炒める。
- ② 野菜をすべて集めて千切りして、合い挽きミンチと一緒に炒める。
- ③ A調味料をすべていれて沸騰させて野菜に火が通ったのを確認して 水溶き片栗粉を流し入れてとろみをつける。
- ④ 鍋にたまご麺を湯がいてザルに挙げる
- ⑤ うつわに麺を入れて野菜たっぷりマーボーを麺にかける。

アレンジ

野菜たっぷりマーボーをうどんにかける。

