

赤エビとキュウリの香味炒め

～材料（4人分）～

赤エビ（塩を振って30分ほど置いた物）…4尾

A

キュウリ（乱切り）…2本

エリンギ（さいの目切り）…2本

ピーナツ（砕いた物）…20粒ほど

トマト…2個

サラダ油…大さじ1

塩…少々

こしょう…少々

B・合わせ調味料

豆板醤（とうばんじゃん）…小さじ1

料理酒…大さじ2

砂糖…小さじ2

しょうゆ…小さじ2

酢…小さじ2

ごま油…小さじ1

おろしショウガ…小さじ1/2

おろしニンニク…小さじ1/2



～作り方～

- (1) フライパンにサラダ油を熱し、赤エビを入れ弱火で両面を焼き（片面4～5分ほど）フライパンから取り出す。
- (2) フライパンにAを入れ、塩、こしょうをして中火で2～3分炒める。
- (3) (1)の赤エビをフライパンに戻し、Bの合わせ調味料を入れ強火でサッと炒める。
- (4) (3)を器に盛り付け、トマトをあしらひ出来上がり。