

## 月 九条ネギとえびのチャーハン

### 材 料【2人分】

九条ネギ…1本	卵…2個
ショウガ…1かけ	塩…少々
むきえび…100g	こしょう…少々
塩…少々	淡口醤油…大さじ1 1/2
こしょう…少々	
ゴマ油…大さじ1	
ご飯…茶碗2杯分	

### 作り方

- ①九条ネギは1cmの小口切りに、ショウガはみじん切りにする。
- ②むきえびに塩こしょうをし、フライパンに半量のゴマ油を熱してこれを炒め、火が通ったら皿に取り出しておく。
- ③フライパンに残りのゴマ油を入れて再び熱し、ショウガを炒める。香りが立ったらご飯と溶き卵を加えてさらに炒め、全体に火が通れば②のむきえびを戻し、塩、こしょう、淡口醤油で味を調える。
- ④九条ネギを加え、サッと炒めて器に盛る。

