

香港ヌードルフライド



材料

2人前

- たまご麺
- もやし1袋
- 青ピーマン1個
- 白菜（サイシン、カイランまたはチャイニーズリーフ）
- ねぎ2個
- 濃い醤油
- 胡麻油

作り方

【準備】

1. 卵麺をお湯に3～5分浸す。
2. 麺が分離したら、水を切り、乾かす（最良の結果を得るには、できれば一晩）。
3. もやしを洗いボウルに入れる。
4. 中華野菜を洗い、細かく切る。ボウルに入れる。
5. 胡椒とねぎを細かくスライスし、小さなボウルに入れる。

【作り方】

1. 中華鍋で大さじ1杯の植物油を強火に熱す。
2. 唐辛子を加え、1分間炒める。
3. 中華野菜を加え、1～2分炒める。
4. もやしを加え、さらに1分間炒める。
5. 麺を入れて1～2分炒める。
6. 大さじ2杯の濃い醤油を加え、麺が濃い茶色になるまで炒める。
7. ねぎとごま油を少し加える。大きな皿に盛り付けて、できあがり。