

岩崎本舗 4/24(金) 角煮入りミゴレン (ロク・ホンチュウさん)

(材料2人分)

岩崎本舗「つゆだく角煮まぶし」：1袋

(下準備) 「つゆだく角煮まぶし」は袋の表示に従って解凍する。
にんにくはみじん切り。小松菜は3cm長さの短冊切り。にんじんとたまねぎは細切りにする。

にんにく：1かけ
たまねぎ：30g
サラダ油：大さじ1
にんじん：20g
A- 小松菜：80g
水：100ml
豆板醤：小さじ1
皿うどん麺：2人前
もやし：50g
サラダ油：少々
たまご：1個

- ① フライパンにサラダ油を熱し、にんにくとたまねぎを炒め、Aを入れ、ひと煮立ちしたら皿うどんを入れて炒める。
- ② ①に、「つゆだく角煮まぶし」を全部入れて、炒め合わせ、皿うどんがしんなりしたら、もやしを入れて、さっと炒める。
- ③ 別のフライパンにサラダ油を少々熱し、たまごを割り入れて、目玉焼きを作る。
- ④ ②を器に盛り、③の目玉焼きをのせる。

レシピはNBC アプリや<インターネット><http://www.nbc-nagasaki.co.jp/>でご覧いただけます