

麻婆春雨

合計加熱調理時間 約 19分

[1人分：275kcal/ 食塩相当量：1.4g]

ツルツルの春雨に、コク深い濃厚ソースがマッチ！
スチーム加熱なら大量の春雨の下ごしらえも簡単です。



分量

12人分

設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度
1	スチーム	—	7分	100℃
2	コンビ	100%	12分	160℃

材料（12人分）

春雨	400g
水	1500cc
<材料a>	
合いびき肉	500g
長ネギ（みじん切り）	1本分
ショウガ（みじん切り）	30g
ニンニク（みじん切り）	30g
中華スープ	500cc
干ししいたけの戻し汁	100cc
干ししいたけ（水で戻して薄切り）	4枚
<材料b>	
しょうゆ	大さじ3
紹興酒	大さじ3
テンメンジャン	大さじ3
豆板醤	大さじ1
砂糖	大さじ2
片栗粉	50g
あらびき唐辛子	適量
白髪ネギ	適量
香菜	適量

※掲載レシピはクックエブリオ専用のものとなります。

下ごしらえ

- ・<材料a>は混ぜ合わせ、合いびき肉をほぐす。
- ・<材料b>は混ぜ合わせる。

作り方

1. 65mmのホテルパン1枚に春雨、水を入れて【設定1】で予熱後、加熱する。
2. ザルにあげ、食べやすい長さに切る。
3. 65mmのホテルパン1枚に<材料a>を入れて【設定2】で予熱後、加熱する。
4. 加熱開始から7分後、一旦取り出して2、干ししいたけ、<材料b>を加えて混ぜ、フタをしてスチコンに戻し入れる。
5. 加熱完了後、器に盛って白髪ネギ、香菜を添える。

調理ポイント ◆辛味は豆板醤の量でお好みで調節すること。