

生七味でピリ辛 麻婆春雨



材 料 2人分

緑豆春雨（乾燥）	30 g	シヤンタン	小さじ2
豚ひき肉	60 g	水	大さじ2
土生姜（みじん切り）	小さじ1	ごま油	少々
しょう油	小さじ1	ねぎ	5 g
		生七味	小さじ2

作り方

- ① 緑豆春雨を茹で戻しておく。
- ② 熱したフライパンにごま油をひき、豚ひき肉、土生姜を入れて炒め、火が通ったら水、シヤンタン、緑豆春雨を入れ、生七味小さじ1、しょう油で味を調える。
- ③ きざみねぎを散らして器に盛り、残りの生七味を添える。

* 緑豆春雨はコシが強く崩れにくいのが特徴の春雨です。

* 生七味の代わりに、定番の豆板醤やラー油でも構いません。