

簡単レシピ!

～海鮮ベースで甘辛い!～
チュクミ炒め麺



材料 (1人分)

イイダコ 50g
もやし 少々
長ネギ 適量
サリ麺 1袋

作り方

①下ごしらえ

- ・イイダコ：一口サイズに切る。
- ・もやし：茹でる。
- ・長ネギ：小口切り

②イイダコ、もやしを茹でる。

③約3分間、サリ麺を茹でる。

④ザルにあげて水で洗い、冷えたら水気をよくきる。

⑤サリ麺を器に入れて「チュクミソース」とよく和える。

⑥長ネギを乗せたら完成。

