

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。

