

メンマともやしの春巻き



材 料

(7~8個)

もやし	1袋
味付けメンマ	1パック
塩・こしょう	適量
粒状鶏がらスープ	適量
ごま油	適量
片栗粉	小さじ1
春巻きの皮	8枚

作り方

- ① 予熱したフライパンに、もやしとメンマ（汁ごと）を入れ、炒める。
- ② 塩、こしょう、スープの素で味を調え、片栗粉を加える。仕上げにお好みで胡麻油で風味付けをする。
- ③ 春巻きの皮を丁寧に1枚ずつはがし、2を包む。
- ④ 両面焼グリルにクッキングプレートを入れ（上火、下火・強）2分予熱する。
- ⑤ 包み終わりを下にして3を並べ（上火、下火・弱）で2分焼く。焦げ易いので注意しながら焼きましょう。