

春巻

中華

材料 (5本分)

春巻の皮	5枚
豚肉スライス	80g
筍の水煮	50g
玉ねぎ	1/4個
にら	2本
にんにく(みじん切り)	少々
しょうが(みじん切り)	少々

合わせ調味料

└水	50cc
└鶏がらスープの素(顆粒)	小さじ1
└オイスターソース	小さじ1
└しょうゆ	小さじ1
└砂糖	3つまみ
└塩	1つまみ
└ごま油	少々
└こしょう	少々

水溶き片栗粉

└片栗粉	大さじ1/2
└水	大さじ1

小麦粉のり

└小麦粉	小さじ1
└水	小さじ1

サラダ油

適量



作り方

1. にんにく、しょうがはみじん切りし、野菜類は3cmぐらいの長さでせん切りしておく。豚肉は、8mmぐらいの幅に切る。
2. 合わせ調味料、水溶き片栗粉、小麦粉のりを作る。
3. フライパンにサラダ油をしきにんにく、しょうがを軽く炒め、豚肉を入れ色づいたら筍、玉ねぎ、にらの順に炒める。
4. 合わせ調味料を加えて沸騰させ、水溶き片栗粉でとろみをつける。
5. バットに広げ冷まし5等分しておく。
6. 春巻の皮の手前1/3ぐらいのところに具をのせ1回巻き、左右を内側に折り込んで巻き、小麦粉を水で溶いたのりを皮の先端に塗り、巻きあげる。
8. 170~180°Cの揚げ油できつね色に揚げる。

✕E・お好みで酢醤油、辛子をつける。

所要時間 50分
主な調理器具 フライパン