

## ニラ玉鰻丼

### 材料 (1人分)

にら	1/4束
うなぎ	1/4尾
酒	大さじ1/2
卵	1個
塩	一つまみ
しょうゆ	小さじ1/4
ごま油	大さじ1/2
ごはん	1膳



### 作り方

1. にらを洗い、3cmくらいに切る。  
うなぎは酒をふりレンジで1分ぐらい加熱してから、1cm幅に切る。  
ボウルに卵を割って塩、しょうゆを加えてほぐしておく。
2. フライパンにごま油を熱し、にら、うなぎを入れて炒める。
3. 卵を加えて、やさしくかき混ぜる。
4. どんぶりにごはんをもり、3をのせ  
お好みでたれと山椒をかける。

所要時間 15分  
主な調理器具 フライパン