



ガパオライス風混ぜご飯

材料を全部混ぜるだけ！ご飯がすすむ逸品です。

材料（2人前）

- 京のしろだし 大さじ4
- 鶏ひき肉 250g
- なす 1本（1cm角に切る）
- ししとう 10本（ヘタと種を取って輪切りに）
- 青じそ 10枚（手で粗目にちぎる）
- たまご 2個（目玉焼きにする）
- にんにく 1かけ（みじん切り）
- 生姜 1かけ（みじん切り）
- オリーブ油 大さじ2
- 塩 0.5～1g
- クミン 適量
- ご飯 1合

作り方

- フライパンにオリーブ油、にんにく、生姜、クミンを入れて弱火にかけ、香りが立ってきたら、鶏ひき肉を加えて中火で炒める。
- ひき肉の色が変わってきたら、なすとししとうを加え、なすが油を吸ってしんなりするまで炒め合わせる。
- 京のしろだし、塩を加え全体に味が馴染むまでさっと炒めまる。
- 最後に青じそを加え、余熱でざっくり混ぜ合わせる。
- 器にご飯と炒めた具材を盛り付け、目玉焼きをのせて完成。

このレシピで使った商品



京のしろだし