

とろ〜り中華

チンゲン菜の卵あん



材料(2人分)

水	250ml(1・1/4カップ)
チンゲン菜	100g(1株)
カニカマボコ	33g(3本)
鶏ガラ出汁	3g(小さじ1)
塩	少々
水溶き片栗粉	片栗粉 6g(小さじ2)
	水 15g(大さじ1)
	卵 50g(1個)

今回ご紹介するのは、寒い季節にぴったりなチンゲン菜の卵あんです。

彩りがよく、やさしい味付けです。チンゲン菜は、通年手に入りやすい野菜ですが、秋から冬が旬の野菜です。片栗粉でとろみをつけた卵あんにすることで冷めにくく体が温まる一品です。是非、旬のチンゲン菜でお召し上がりください。