

汁なし担々ほうとう

<コンセプト：「甲府ブランド」と「ほうとう」を合わせた山梨ならではの料理>

材 料（4人前）

・ほうとう麺 520g ・信玄豚ひき肉 400g ・ちぢみホウレンソウ 200g

調味料：甜麺醤 大さじ2

コチジャン	大さじ2
中華だし	大さじ1
くいしき味噌	大さじ2
砂糖	大さじ1
山椒の実	小さじ1
にんにくチューブ	小さじ1
しょうがチューブ	小さじ1
酒	大さじ2
ごま油	大さじ1
ラー油	大さじ1
サラダ油	大さじ1



作り方：

- ①地どりをカットしてAで下味をつけて少し置き、ガスグリルで香ばしく焼く。この時、皮面を上にとよい。
- ②フライパンにコーンを入れ、中火にかけBを回し入れ、焼き目をつける。（真夏のコーンは生でも頂けるといふことで茹でない）
- ③玉ねぎは薄くスライスし、卵は着るように軽く混ぜておく。
- ④Cで合わせだし汁を作る。
- ⑤専用鍋に④で作った合わせだし汁の半分諒を入れ、スライス玉ねぎ、焼いた地どり、戻して水分を絞った麩を入れて中火にかける。素材に火が通ったら、半分の量の玉子を入れ、軽く火が通ったら、残りの玉子を回し入れてコーンと三つ葉を散らし、蓋をして30秒ほど待つ。最後にご飯を入れたどんぶりに盛り付ける。