

鳥取県  
食材を使った  
オススメの1品

# 山陰の海の幸で！

# 山陰沖もさエビ焼そば



## ～ 材料 ～

### 基本材料(1人分):

キャベツ100g 玉ねぎ30g にんじん10g  
青ネギ10g 中華麺1玉 天かす天華10g  
青のり適宜

鳥取県食材:もさえび3尾

調味料: 焼そばソース50g 味の素ほんだし適宜  
味の素ピュアセレクトマヨネーズ適宜

## ～ 作り方 ～

もさえびの殻をむき、頭からミソを出しておく。  
キャベツ、豚肉は短冊に切り、にんじんはせん切り  
たまねぎは薄切り、ねぎは小口切りにする。  
フライパンにサラダ油を熱し、麺を炒め皿に出しておく。  
豚肉、もさえび、野菜にほんだしと  
もさえびのミソを加え炒める。  
火が通ってきたら、麺と天かすを加え炒め、  
焼そばソースで味付けする。  
仕上げにマヨネーズ、青のりをトッピングする。

もさえびの  
味噌の風味  
がたまらない

