

どでかピーマンとじゃこのさっと炒め

<< ピーマンの瑞々しさが際立つお弁当にも重宝なじゃこ炒め >>



----- 材料 (2人分) -----

どでかピーマン	2個 (約 300g)
ちりめんじゃこ	30g
ゴマ油	大さじ 1
粉山椒	適量

A

{	砂糖	大さじ 1/2
	日本酒	大さじ 1
	醤油	大さじ 1

----- 作り方 -----

- ① どでかピーマンは、縦 1/2~1/4 に切り、ヘタとタネを取り除く。横に 5mm幅に切る。
- ② フライパンにゴマ油を中火で熱し、ちりめんじゃこをカリッとするまで炒める。
- ③ ②に①を加え、油がなじむまで炒める。Aの調味料を加え、水分を飛ばす。粉山椒を合わせる。

※POINT

ちりめんじゃこはカリッとするまで炒めること

