

ニラ玉オイスター炒め

材料

- ニラ 1 束
- 卵 3 個
- しょうゆ 小さじ 2
- オイスターソース 小さじ 1
- 塩コショウ 適宜
- 酒 小さじ 2



作り方

- 1 ボールに全ての卵を割り解き、塩コショウ少々加えて混ぜる
- 2 サラダ油をしき、1 を中火で、1 をフライパンで炒る(あまりかき混ぜすぎない)
- 3 一度お皿にあける
- 4 ニラを 5cm 幅に切る
- 5 ☆の調味料を全て混ぜる
- 6 フライパンに油をしき、中火でニラを炒める
- 7 ☆を加え、全体に混ざったら卵を入れ戻す
- 8 完成