

# おつまみメンマ

(2024年4月23日放送)

## ■材料: (2~3人分)

筍水煮300~350g、にんにく1片、生姜1/2片、長ねぎ1/2本  
醤油大さじ1+1/2、酢大さじ1、料理酒大さじ1、きび砂糖小さじ2、  
油大さじ1、ごま油小さじ1、ラー油適量

## ■作り方

1. にんにくと生姜は細かいみじん切りにしておく。長ネギもみじん切り。筍は1cm角に切り、表面をさっと洗っておく。
2. フライパンに油をひき、にんにく・生姜を炒める。香りが出たら筍を入れて炒め、料理酒、砂糖を足して炒める。醤油と酢を入れて煮詰め、最後に長ネギ、ごま油、ラー油を入れて完成。

