

なすとスナッフエンドウの オイスターソース炒め



材料 2 人分

スナッフエンドウ	6本
なす	中1本
いか	1個
サラダ油	大さじ1
しょうが(すりおろし)	小さじ1/2
☆ 酒	小さじ1
しょうゆ	小さじ1
オイスターソース	小さじ1

作り方

- ①スナッフエンドウはへたとすじを取り、斜め半分に切る。
なすは一口大の乱切りにする。
- ②いかは食べやすい大きさにカットして水気を拭いておく。
- ③フライパンにサラダ油を熱し、なす、スナッフえんどう、いかの順に炒める。
- ④☆を加え、水分がなくなるまで炒める。