

簡単おうちでベトナム料理！



旨味が詰まった！

たっぷりパクチーとささみのフォー



調理時間30分
材料2人分

フォー【乾麺】 200g

・ささみ 2本(100g)

・パクチー 1袋

・玉ねぎ 1/2個

・もやし 1/2袋

・レモン 1/2個

・酒 大さじ1

・水 600cc

★調味料

・砂糖 小さじ1

・鶏ガラスープの素 大さじ1/2

・チンス ナムヌー ヌクナム

大さじ1と1/2



作り方はシンプル！

① パクチーは食べやすい大きさに、レモンは半分に切り、玉ねぎは薄切りにする。

② 鍋にささみ、酒、水を入れて中火で熱し、煮立ったらフタをし弱火で5分煮る。 ささみを取り出してアクを取り除き、★を加えて煮立たせる。ささみは粗熱をとり、手で食べやすい大きさにほぐす。

③ 鍋に玉ねぎ、もやしを加え、玉ねぎがしんなりするまで弱火で3分煮る。

④ 別の鍋に湯を沸かし、フォーを入れて、袋の表示時間通りにゆで、さっと水で洗い、水気を切る。

⑤ 器にフォーを盛り、③をかける。ささみ、パクチーをのせ、お好みでレモンを絞って添える。

