



バンバンジー風シノワーズサラダ

調理時間20分

[材料 2人分]

鶏ささ身	2本
きゅうり	1本
もやし	1/2袋
塩・こしょう	適量
八角	1個
サラダ油	適量
A	
白ねぎ (みじん切り)	大さじ2
しょうが (みじん切り)	小さじ1
芝麻醤	大さじ2
しょうゆ	大さじ2
酢	大さじ1/2
砂糖	大さじ1
ラー油	小さじ1
ごま油	小さじ1

[作り方]

1. 鍋に熱湯を沸かして八角を入れ、鶏ささ身を約5分ゆでる。
2. 粗熱が取れたら手でさき、軽く塩、こしょうをふる。
3. きゅうりを細切りにする。
4. 中華鍋にサラダ油を熱し、もやしときゅうりを軽く炒め、塩、こしょうをする。
5. ボウルにAを混ぜ合わせてたれを作る。
6. 皿に4を敷き、2の鶏ささ身をのせて5のたれをかける。