



トムヤム麺

314kcal/調理時間30分

[材料4人分]

エビ	8尾	A	
しめじ	1パック	ナンプラー	大さじ5
白ネギ	1本	チリインオイル	大さじ1
もやし	1袋	砂糖	大さじ1/2
香菜	適量	塩	少々
そうめん	4束	レモン汁	2個分
鶏ガラスープ	7カップ		
ライムリーフ	5枚		
カー	3枚		
レモングラス	適量		
赤トウガラシ	8~10本		

[作り方]

1. エビは尾だけ残して殻をむき、背中に切り目を入れて背ワタを取る。
2. しめじを小房に分け、白ネギは斜め薄切りにする。
3. 鶏ガラスープに、ライムリーフ、カー、レモングラス、赤トウガラシを入れて煮立て、香りと辛みをつけたらザルでこす。赤トウガラシは飾り用に捨てずに残しておく。
4. 3の鶏ガラスープを煮立て、エビ、しめじ、白ネギ、もやしとAを加えて、さらにひと煮立ちさせる。
5. そうめんをゆで、流水でもみ洗いしてぬめりを取る。ザルでしっかりと水切りしたら、4の鍋に加える。
6. 器に盛り付け、膏葉と赤トウガラシを飾る。