



スパイシーガーリックスライス

調理時間15分

[材料 2人分]

にんにく(薄切り)	4~5片分
ご飯	茶わん2杯分
卵	2個
青ねぎ(小口切り)	2本分
酒	大さじ2
サラダ油	適量

A	
しょうゆ	大さじ2
ウスターソース	大さじ2
塩	少々
こしょう	少々

[作り方]

1. 弱火のフライパンにサラダ油を熱し、にんにくを入れる。
2. カリカリのきつね色になったら1/3を取り出し、ペーパーの上で油を切っておく。
3. 2のフライパンにご飯と酒を入れてよく炒め、Aを加えて味を整えたら、青ねぎをふって器に盛る。
4. フライパンをさっとふき、サラダ油をしいて卵を割り入れ、目玉焼きを作る。
5. ガーリックライスの上のにのせ、取り出しておいた2の揚げにんにくを散らす。