

## 海老と春雨の鍋蒸し

名前: 鈴木 直美 @ らーぷのStylishDining

調理時間:約30分 分量:2~3人分

頭つきの海老を贅沢に使用。濃厚ソースをからめたごちそう春雨。



## Point

有頭海老のうまみとオイスターソース&バターの濃厚ソースがたっぷりしみた春雨料理。肉ではなく魚介で赤ワイン!という気分だったので、濃厚なソースで煮込んだ料理を考案しました。

## 調理のコツ

一度かならず海老は殻ごとソテーし香ばしさを出してから使いましょう。春雨は緑豆を使ってください。

## 材料

有頭海老 ..... 3~5尾  
 万能ネギまたは香菜 ..... 大さじ1  
 豚ばら肉 ..... 100g  
 オイスターソース ..... 大さじ1  
 醤油 ..... 大さじ1  
 緑豆春雨(戻したもの) ..... 150g  
 鶏がらスープ ..... 150ml

ニンニク ..... 2片  
 バター ..... 小さじ1  
 ショウガ(薄切り) ..... 2~3枚  
 紹興酒 ..... 大さじ2

## 手順

- ① 海老はあしをとり、殻は外さず背に切れ目を入れて背綿をとり除く。油を敷いたフライパンで両面を焼く。
- ② 深めのフライパンまたは小さめの土鍋に一口大に切った豚ばら肉を敷き詰め、戻した春雨をのせ、ショウガスライス、叩いてつぶしたニンニクと【1】の海老をのせる。
- ③ 鶏がらスープにオイスターソース、醤油、紹興酒を入れてよく混ぜる。【2】にかけてバターをのせ、蓋をして中火にかける。
- ④ 汁気がなくなってきたら火を止め皿に盛り、万能ネギ(あれば香菜など)をのせ、黒胡椒を振って完成。

このレシピに合うワインは… カベルネ・ソーヴィニヨン (冬にオススメ)

うまみたっぷりのソースがしみた春雨は、ミディアムボディのカベルネ・ソーヴィニヨンにピッタリです。

