

エビのチリソース

材料（４人分）

エビ１２尾、長ネギのみじん切り１／３本分、ショウガのみじん切り小さじ１、ニンニクのみじん切り小さじ１、卵白大さじ１、片栗粉適量、ラー油小さじ１、塩・コショウ適量、サラダ油適量

< A >

豆板醤小さじ１、ネギ油大さじ１

< B >

紹興酒大さじ１、鶏ガラスープ１２０cc、砂糖小さじ４、塩小さじ１／２、ケチャップ大さじ２



作り方

- １ エビはカラと尾を取り除き、塩・片栗粉（ともに分量外）をまぶしてもみ、水で洗流す。ペーパータオルで水気を切る。
- ２ エビを背開きにし、背ワタを取る。これをボウルに入れ、塩・コショウして粘りが出るまでもむ。卵白を加えて混ぜ、最後にサラダ油を（大さじ１）を加えて表面にコーティングするように混ぜる。
- ３ 中華鍋にサラダ油を入れ、低温でエビを油通しし、一度上げる。
- ４ ３の鍋にAを入れて炒め、香りが出たら長ネギ、ショウガ、ニンニクを入れて炒め、さらに香りを立てる。ここに合わせておいたBを入れ、エビを戻してさっと煮て、水溶き片栗粉でとろみをつける。ラー油を加えて混ぜ、平皿に盛り付ける。

料理のポイント

- １ １でエビを洗った後、ペーパータオルに包んで一晩冷蔵庫で寝かせると、エビがプリプリに仕上がります。
- ２ エビの油通しは、後で煮るので６～７分くらいまで火を通します。ここで火を通しすぎると、仕上がりが固くなります。