

中国山西省出身 王文君さんから教わる

～麻醬拌面ゴマだれのまぜ麺～

材料 4人分

ニンニク 4片
細ネギ 4本
キュウリ 1本
麺 200g

ゴマ 大さじ2
赤唐辛子 大さじ1
ピーナッツ油 大さじ4
塩 少々
生醤油 小さじ4
黒酢 小さじ2
ごまペースト 大さじ2
水 大さじ1
鶏ガラスープ 小さじ2



1.鍋に湯を沸かす

2.薄皮をむいたニンニクは包丁の腹でつぶし
みじん切りにする。

3.ネギを小口切りする。



4.きゅうりを半分に切り、縦に
細めの千切りにする。



5.1の湯が沸騰したら、麺を5分くらい
茹でる。



6. ごまだれを作っていく。

ボウルに、2、3、ゴマ大さじ2
赤唐辛子大さじ1を入れまぜ
る。



7フライパンに、ピーナッツ油
大さじ4を入れ、熱する。



8.6に7の油を3回に分けて
入れる。1回入れるごとに
まぜる。



9.8に塩少々、醤油小さじ4、
黒酢小さじ2、ごまペースト大さじ2
水大さじ1を入れ混ぜたらゴマだれの
完成。



10. 麺が茹で上がったら、冷水で洗う。



11. 麺を皿に入れ、きゅうり、ゴマたれ、ネギを盛って完成。

【王さんポイント】

- ・今回使用した麺は、中国でよく使う麺です。小麦で出来ています。日本の麺よりコシがあって、ほんのり小麦の香りもします。
- ・細ネギの白い部分 辛味がややつよいですが、炒めるといい香りが出ます。
- ・細ネギの緑の部分 色鮮やかなので、料理の上にかけます。