

# ～ 炸 醬 麵 ～

## ( ジャ ー ジャ ー め ん )



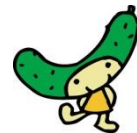
### 「炸醬麵(ジャージャーめん)」とは

中国の家庭料理の一つ。

『炸醬』とは、豚ひき肉とみじん切りにした野菜を炒めて、豆板醬(トウバンジャン)や甜麵醬(テンメンジャン)で味付けした『肉味噌』のことを意味しています。

中華麵に、この肉味噌をのせ、きゅうりやネギのせん切りを添えて食べることが多いです。

材 料	分 量 ( 幼 児 )		作 り 方
	1人分	4人分	
中華麵(生)	35g	140g	① 鍋に湯を沸かし、沸騰したら中華麵をゆでる。 ゆで上がったら水気を切り、ごま油を混ぜておく。 ② 玉ねぎはみじん切り、きゅうりは千切りにする。 もやしはゆでて水気を切り、冷やしておく。 ③ 鍋に油を熱し、玉ねぎを透き通るまで炒めたら、 ひき肉を加えて炒める。ひき肉に火が通ったら、 さとう・みそ・水を加えて煮詰め、最後に水溶き 片栗粉でとろみをつける。 ④ 中華麵・肉みそ・野菜を混ぜ合わせる。 ☆ 麵だけでなく野菜も一緒に 食べることができます
ごま油	1g	小さじ1	
玉ねぎ	15g	1/4コ	
サラダ油	2g	小さじ2	
鶏ひき肉	30g	120g	
さとう	1g	小さじ1強	
みそ	6g	小さじ4	
水	25ml	100ml	
片栗粉	1g	小さじ1強	
水	3g	小さじ2強	
きゅうり	20g	1/2本	
もやし	20g	1/3袋	



### 中華麵のヒミツ

同じ小麦粉から作られる麵なのに、中華麵とうどんでは、  
 どうして色も形も食感も違うのかな？

中華麵の加工には、『かん水』というアルカリ性の水が使われています。  
 この『かん水』を小麦粉に加えて混ぜ、十分にこねると、生地が黄色く変化します。  
 また、独特なコシとかたさが加わることで、麵にちぢれができるのです。

