

棒々鶏素麺の生春巻き



▼材料（2人分）

- そうめん …1束
- ライスペーパー …4枚
- 鶏もも肉 …1/2枚
- トマト …1/2個
- キュウリ（縦半分） …1/2本
- 青じそ …4枚
- 白ごま …大4
- A：
 - ・塩 …少々
 - ・酒 …大1
- B：
 - ・酢、砂糖 …大3
 - ・濃口醤油 …大2
 - ・塩、ラー油 …各適量

▼作り方

- ① 鶏もも肉は厚みに切り込み平らにして耐熱皿に入れ、Aをふってラップをし電子レンジ（600W）で4分かける。
- ② 白ごまは鍋で炒ってすり鉢ですり、①の蒸し汁（大1）とBを加え、半量を茹でた素麺に混ぜる。
- ③ ①とトマトは棒切り、キュウリは縦半分長さの棒切り、青じそは半分に切る。
- ④ ライスペーパーをぬるま湯で1枚ずつ戻し、軽く水気をとる。
- ⑤ ③を包み、残りの②をつけながら頂く。