

# 春たけのこの大人の香り炒め



## 材料（4人分）所要時間 15分

たけのこ	200g
青葱	40g
豚ミンチ	60g
醤油	小さじ2杯
塩	少々
酒	少々
砂糖	小さじ1杯
胡椒	少々
粉山椒	少々
ゴマ油	少々

## 作り方

たけのこはアク抜きとボイルができたものを、一口大のくし型に切り、青葱は小口に切る。

一口大に切ったたけのこに醤油少々を混ぜ合わせ、高温の油でサッと揚げる。

よく熱したフライパンに油をしき、中火で豚ミンチを炒める。

ミンチが白っぽくなったら酒・砂糖・醤油を加えパラッツとなるまで炒める。

そこに揚げたたけのこを加え塩・胡椒をし、青葱を加えよく炒める。

全体がパラツとなったら、仕上げに粉山椒・ゴマ油をまわしかけ完成。

## ワンポイント

醤油少々を混ぜ合わせたたけのこを、高温の油で揚げることで香ばしさがでる。しかし、水分が油に入るので、火傷には十分に気をつけること。

塩を控えて刻んだ高菜などと一緒に炒めてもおいしい。

## 食材について

たけのこは春の香りと食感を楽しむことができます。鮮度が一番で、収穫後、時間とともに硬くなりアクが強くなるので、収穫後は早めに茹でましょう。皮をつけたまま茹でると、繊維が柔らかくなると言われています。

大洲市や宇和島市等が主な産地です。

