

Let's Share!

15

# 簡単♪エビマヨ



## 材料

- ・エビ……8尾
- ・ネギ……1本
- ・にんにく……1かけ
- ・しょうが……1かけ
- ・マヨネーズ……大さじ2
- ・ごま油……大さじ1
- ・酒……大さじ1
- ・砂糖……小さじ1/2
- ・塩・コショウ……少々

## レシピ協力

食育インストラクター  
国井聡子

## 作り方

- ①エビは背わたを取り除く。
- ②ネギは5センチ程度の斜め切りにしておく。
- ③フライパンを熱してごま油をひき、ネギを炒める。
- ④エビを加えて塩コショウをふり、にんにくとしょうがを加えさらに炒める。
- ⑤酒を加えたあと火を止め、マヨネーズと砂糖を絡める。