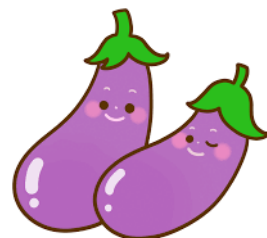


# なすとスナッフエンドウの オイスターソース炒め



## 材料 2 人分

スナッフえんどう	6 個本
なす	中 1 本
いか	1 個
サラダ油	大さじ 1
しょうが(すりおろし)	小さじ 1/2
酒	小さじ 1
☆ しょうゆ	小さじ 1
オイスターソース	小さじ 1



## 作り方

- ① スナッフえんどうはへたとすじを取り、斜め半分に切る。  
なすは一口大の乱切りにする。
- ② いかは食べやすい大きさにカットして水分を切っておく。
- ③ フライパンにサラダ油を熱し、なす、スナッフえんどう、いかの順に炒める。
- ④ A を加え、水分がなくなるまで炒める。