

ユイシャンシエローパオタン  
魚香蟹肉泡蛋

	材料	1人分		準備
	鶏卵 蟹缶詰	1個半 20g		蟹缶詰→ほぐす
A	鶏がらスープ 酒 水溶き片栗粉 塩 胡椒	10cc 小匙1 小匙1 少々 少々		
	土生姜みじん切り にんにくみじん切り サラダ油 鶏がらスープ 豆板醤	小匙1 小匙1/4 小匙1/2 55cc 小匙2/3		
B	砂糖 酒 薄口しょうゆ 胡椒	大匙1/2 小匙1 小匙1/2 少々		
	片栗粉 細葱 酢	小匙2/3 10cm 小匙1/2		

## 作り方

- ① ボールに鶏卵を割り入れ、蟹とAの調味料を加えてよく混ぜ合わせる。
- ② 油馴染しをした中華鍋に1人当たり小匙2のサラダ油（記載外）を中火で十分に熱し、①を流し入れて中華玉杓子で手早くかき混ぜる。卵がある程度固まってきたら弱火にし、周りの端を内側にまくり入れるようにして円形にまとめていく。途中で油を少々鍋沿いに補足してゆっくりと焼き、中央がほぼ固まって周りがよく焼けたら裏返す。表と同様に良い焼き色がつくまで焼き、適宜の食べやすい大きさに切り分けて大皿に盛りつける。
- ③ ソースを作る。中華鍋にサラダ油を熱し、生姜、にんにく、豆板醤を香りが出るまで炒め、スープとBの調味料を加え混ぜる。煮立ったら細葱の小口切りを散らし入れ、水溶きの片栗粉を流し入れてとろみをつける。最後に酢を加えてソースを作る。
- ④ ②の卵焼きにあつあつのソースをかける。