

ベトナム料理を作ってみよう!



～生春巻き～



材料(約10本分)

- ・卵2個・にんにく1かけらの $\frac{1}{2}$ ☆
- ・えび10匹・ナンプラー大さじ1☆
- ・きゅうり1.5本・レモン汁適量☆
- ・サニーレタス8枚・砂糖小さじ1☆
- ・豚肉(ロース)180g・水大さじ1☆
- ・ブン $\frac{1}{6}$ パック・唐辛子(お好み)☆
- ・ライスペーパー10枚


作り方

- 1 豚肉えびブンをゆでる 
- 2 レタスは洗ってきゅうりは切る
- 3 フライパンに油をひき卵をやいて切る
- 4 ゆで終わった豚肉えび(粉に)を切る
- 5 にんにくをみじん切りにして☆を全部混ぜてタレを作る 
- 6 ライスペーパーを水でふやかして切った食材を全部乗せて巻く

～揚げ春巻き～



材料(約10本分)

- ・卵2個・ライスペーパー10枚
- ・豚肉(ミンチ)180g・えび3匹
- ・干しいたけ15g・人参 $\frac{1}{2}$ 本 
- ・干しきくらげ15g・もやし20g
- ・ほろさめ20g・油適量

作り方

- 1 しいたけきくらげを水で戻しえびをゆでる
- 2 全部みじん切りにして混ぜる(種)
- 3 ライスペーパーを水でふやかす
- 4 ライスペーパーに種を乗せて巻く
- 5 油で4がきつね色になるまで揚げる

～チェー～



材料(約5人分)

- ・ココナッツミルク200mL☆
- ・牛乳200mL☆ ナタデココ適量
- ・生クリーム200mL☆ マンゴ適量
- ・砂糖お好みの量☆ ライチ適量
- ・ジャックフルーツ適量・寒天適量

作り方



- 1 ☆を混ぜる
- 2 フルーツと寒天ゼリーを適当に切る
- 3 1と2を容器に入れる