

# タイのグリーンカレー そうめん

## 材料（2-3人分）

- ① グリーンカレーペースト 50g
- ② ココナッツミルク 400ml
- ③ 鶏もも肉 250g
- ④ なす 2-3本
- ⑤ サラダ油 適量
- ⑥ ナンプラー／薄味醤油 大さじ1
- ⑦ 砂糖 大さじ1/2
- ⑧ 塩 小さじ1/2
- ⑨ 水 200ml

※ 好みでしめじ、カラーピーマン、タイバジル 適量

## 作り方

- ① たっぷりのお湯でそうめんをゆでる。ゆであがった麺をすばやくザルに移し、水で粗熱を取った後、水を流しながらよくもみ洗う。
  - ② 中華鍋に少しサラダ油を入れ、ペーストを加えて香りが出るまで中火で炒める。それから、ココナッツミルクを200ml加え、よくかき混ぜる。
  - ③ 食べやすい大きさに切った鶏肉を加えて、砂糖、ナンプラー、塩を加えて味を調整する。
  - ④ よく洗って食べやすい大きさに切ったなすとシメジを加えて炒める。
  - ⑤ 残りのココナッツミルクと水を加え、ナンプラーや砂糖などで味を調整したら、弱火で約20分煮込む。
  - ⑥ 最後に、スライスしたカラーピーマンとタイのバジルを入れ、軽く混ぜて火を止める。
  - ⑦ ボウルなどにゆでたそうめんを盛りつけ、できたグリーンカレーをかけてでき上がり。
- ※ ゆで卵と一緒に食べるとさらにおいしくなる。



写真はイメージです。