九条葱とイカの塩焼きそば（味の決め手は和製アンチョビ・生造り塩辛！）　簡単10分レシピ

【材料】2人前

焼きそば麺	2袋
吟味生造り塩辛　SP150g	1袋
九条葱	1本(細めの小口切りにする)
醤油	少々
サラダ油	大さじ2
刻みのり	適量
ゆず	ひとかけら

※九条ねぎが入手できない場合は
万能ねぎでもOK。
（青ねぎがオススメです。）

※焼きそば麺は調理前に電子レンジで30秒程温めると
ほぐしやすくなります。

①フライパンにサラダサラダオイルを入れて
中火で熱します。

②麺を入れて、ほぐします。

③麺が温まったら
塩辛を1袋入れます。

④塩辛と麺をよく絡ませます。

⑤イカに火を通しすぎると
固くなるので注意して下さい。
(ポイントです!!)

⑥塩辛のタレとイカ自体に火が通ったら
九条葱を入れます。

⑦この状態で醤油を少々！
香り付け程度に！！

⑧刻み海苔、柚子をトッピングして
完成です。

使ったのはコレ!!

肉厚な国産真いかを使用した
甘口タイプの塩辛ですので
焼きそばやパスタの具としても
便利です 。