

冷凍チャブチェで♪ 巻くだけパリパリ春巻き



🕒 調理時間：15分 🍳 調理法：フライパン 🔥 カロリー：527kcal 🧂 塩分：3.8g

「冷凍チャブチェ」を簡単アレンジ♪
はるさめと人参やたけのこの食感がよいアクセントとなり、ボリュームたっぷりの春巻きが巻くだけで完成します。

使用商品

冷凍ケンミンチャブチェ 韓国風はるさめの炒め物



材料 1人前

冷凍ケンミン チャブチェ
韓国風はるさめの炒め物：1袋
春巻きの皮：3枚
水溶性小麦粉：適量
揚げ油：適量

作り方

- (1)
冷凍ケンミンチャブチェを電子レンジで加熱する。
【500W：約4分20秒 or 600W：約3分50秒】
温めたチャブチェを軽く粗熱をとる。
- (2)
春巻きの皮の手前に横長にのせる。
手前の皮を折り、縁に水溶性薄力粉を塗る。
左右の皮を折り、手前から折りたたむ。
- (3)
鍋に底から5cmほどの揚げ油を注ぎ、170℃に熱する。
を入れ、こんがりとし色付くまで3分ほど揚げたら油をよく切る。
- (4)
食べやすい大きさにカットする。