

## ベトナム生春巻き

### 仕込み

(1) 小鍋に水を入れ、酒を加えて、火をかけ、沸騰したら5センチ幅に切った豚肉を入れてゆでる。豚肉に火が通ったらヌックナムを加えて火を止め、ゆで汁に漬けたまま冷ます。



(2) 小鍋に水を入れて火をかけ、沸騰したら、エビを入れゆでる。海老の色が赤く変わったら火を止める。エビをザルに移し、冷やしたら、半分の厚さに切り、豚肉と一緒に漬けておく。



(3) ブンという麺を用意する。ブンの代わりにソーメンでも大丈夫である。ソーメンであれば、ある程度柔らかくゆで、ザルに取り、水洗いする。すっかり水切ってから、ゴマ油を全体にまぶす。



(4) レタスは堅い部分を取り、4分に切る。大葉は軸を切り、パクチー、ミント、ニラを用意する。その他に人参、キュウリを細長く切って用意すれば、完璧である。



## 生春巻を巻く

ライスペーパーを水にくぐらせ、皿やトレー、まな板の上に乗せる。ライスペーパーが柔らかくなったら、手前にレタス、パクチー、ミント、もやし



をのせ、人参、キュウリ、(冷やしたソーメン)を1/4量のせる。少し離れたところに海老、中央に豚肉と大葉をのせる。両端を折り、中央に二をのせ、手前に引くようにして、きつめに巻く。

実際に、生春巻きをベトナムの各地では様々な食べ方がある。一番主流の食べ方は「手巻き」である。机の上にブンなどを並べて、ライスペーパーにかけて食べる。おか

豚などなんでも、だけ包んで、ピー



おかずや野菜、ゆでた各自の好きなものをのせて巻き、タレをつ

ずは炒め牛肉やゆで好きなものを好きな

ナッツだれや、ヌック

~~~~\*~\*~\*~~~~