

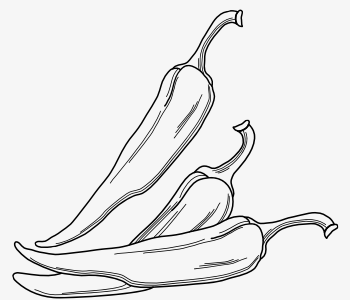


お家でかんたんにつくれるタイ料理！

## パット・バイガパオ・ガイ

鶏むね肉をバジルの炒め物です。

牛肉、豚肉、シーフードに変えると、アレンジは無限大！



### 材料（1人分）

鶏肉	80～100g
バジル	お好みで2～3枚
卵	1個
ニンニク、ショウガ	少々
唐辛子	お好みで
調味料	各小さじ1
{ ナンプラー・しょうゆ オイスターソース 鶏ガラスープの素	
味の素・塩・コショウ	適量

### 作り方

- 1 鶏肉を一口大に切る。
- 2 フライパンに油をひき、好みの硬さの目玉焼きを作り、皿にとる。
- 3 同じフライパンに油をひいて温め、ニンニクとショウガを香りが立つまで炒める。（唐辛子もお好みで投入）
- 4 鶏肉を入れ、ある程度火が通ったら、調味料を入れ、最後にバジルを入れる。
- 5 皿に盛り付け、目玉焼きをのせたら出来上がり！