

白みそ風味の焼うどん 白みそを使ったひと味がうクリーミーな焼きうどん

材料：(2~3人分)

出羽うどん(乾麺)	250g
にんじん	1/2本
玉ねぎ	1/2個
万願寺とうがらし	2本
白みそ	大さじ4
醤油	大さじ1
塩、こしょう	適量
かつお節	適量
油	適量
水	適量

作り方：

- ① 白みそを水でしっかりと溶き、醤油と合わせておく。
- ② 野菜は薄めに切っておく。
- ③ フライパンに油をしき、野菜を炒める。
- ④ うどんを茹でて、洗い、水切りしておく。
- ⑤ 野菜に火が通ったら、うどんを加えて水を回しかけ野菜とからめる。
- ⑥ ①を入れて全体に行きわたったら塩、こしょうで味をととのえて皿に盛る。
- ⑦ かつお節をまぶして完成。



お好みできざみ海苔や紅しょうがなどもどうぞ。

ワンポイント 野菜の少ない端境期は加工食品を上手く活用すると献立の幅が広がります。(新)