

マールー 四川風麻辣うどん



花椒と唐辛子の辛みと挽肉の旨みが
「稲庭風うどん」にからみます。



材料

1人分



調理時間

7～8分



材料

- 冷凍「稲庭風うどん」・・・1玉
豚挽肉・・・75g
にんにく（みじん切り）1/2 かけ・・・（5g）
鷹の爪（輪切り）・・・1～2本分
サラダ油・・・小さじ1
【A】
砂糖・・・小さじ 1/3 ～ 1/2
みそ・・・小さじ 1
酒・・・小さじ 1
花椒・・・小さじ 1
粉山椒・・・3～4ふり
一味唐辛子・・・少々～お好みで
【B】
だし汁・・・250cc
鶏がらスープの素・・・小さじ 1/2
中華ブイヨン・・・小さじ 1/2
豆板醤・・・小さじ 1/2 ～
ラー油・・・小さじ 1/2 ～
しょうゆ・・・小さじ 1
みりん・・・小さじ 1
鷹の爪・・・3本
【トッピング】
豆もやし（ゆでておく）・・・50g
万能ねぎ（小口切り）・・・適量
白炒りごま・・・適量



下準備

冷凍「稲庭風うどん」はレンジで加熱する。



作り方

- 鍋に【B】を混ぜ合わせて火にかけ、ひと煮立ちさせる。
- フライパンにサラダ油、にんにく、鷹の爪（輪切り）を入れて熱し、豚挽肉を炒め、【A】を加えて調味する。
- レンジ加熱したうどんを器に盛り付け、（2）をのせる。
- （1）を注ぎ入れ、【トッピング】をのせて召し上がれ。