

つけつゆ3種で楽しむ 冷やしうどん



トマトつゆ、納豆つゆ、肉つゆ。
のど越しの良い「稲庭風うどん」を、
色々なつゆで楽しんで。



材料
2人分



調理時間
約15分

★ 材料

冷凍「稲庭風うどん」・・・2玉

【トマトつゆ】

トマト（細かい角切り）・・・1/2個（約75g）

ツナ缶（汁気を切る）・・・1缶（70g）

塩・・・少々

めんつゆ（3倍濃縮）・・・大さじ2～3

水・・・150cc

【トマトつゆのトッピング】

パセリ（みじん切り）・・・少々

【納豆つゆ】

ひきわり納豆・・・1パック（40g）

添付のたれ・・・1パック分

大根おろし・・・正味100g

めんつゆ（3倍濃縮）・・・大さじ1強

水・・・大さじ1

【納豆つゆのトッピング】

きゅうり（みじん切り）・・・少々

【肉つゆ】

豚肉（しゃぶしゃぶ用）・・・6枚（約60g）

片栗粉・・・約小さじ1

【A】

水・・・300cc

めんつゆ（3倍濃縮）・・・大さじ3～4

ごま油・・・小さじ1/2

塩・・・少々

【肉つゆのトッピング】

白炒りごま・・・少々

青ねぎ（小口切り）・・・少々

★ 下準備

冷凍「稲庭風うどん」はレンジで加熱し、冷水でしめて
水気を切る。