

きしめん

通年

中がモチモチ！きしめん巾着

- 麺は、もっちりした食感でのどごしのよい平麺：きしめんです。
- 簡単な材料ときしめんを使って、和食パーティ・おもてなしのレシピに仕上げました。
- 上品なつゆがしみた油揚げともちもちのきしめんがクセになる美味しさ。

おせち料理の1品にもなる豪華なきしめんレシピ



▼使用商品▼
きしめん

▼材料▼ (3人分)

1食あたり 392kcal

材料名	分量	カロリー
きしめん	370g	652
水	300ml	-
砂糖 小2	6g	24
みりん 小2	12g	27
油揚げ (できれば大きめ)	3枚	348
鶏もも肉	50g	100
にんじん 1/3本	30g	11
しいたけ 2個	42g	8
三つ葉 1束	41g	5
※シンプルにお稲荷さんの形に仕上げてもOK。		

▼作り方▼

参考調理時間 30分

①	油揚げはざるに入れて熱湯をかけ、油抜きをしてから半分に切って水気をきっておく。
②	鶏肉は1cmの角切り、しいたけはいしずきをとって薄くスライスしておく。
③	にんじんは3cmくらいの千切りにしておく。(飾りを作る場合は先にスライスして取分ける)
④	三つ葉はさつとゆで水気をきった後、6本を取分け、残りは3cm程度に切っておく。
⑤	ふっとうしたお湯で麺を 30秒程 ゆで、湯切りした後に水で洗い、水気をきっておく。
⑥	油揚げの袋に、きしめん・鶏肉・にんじん・しいたけ・三つ葉を詰め、三つ葉で袋を結ぶ。
⑦	鍋につゆ・砂糖・みりん・水を入れて温め、一旦火を止めてから巾着を並べ 7分程 煮込む。
⑧	取り出した巾着を器に盛り付け、残っただし汁をかけて出来上がり。