

太うどん

通年

# 豚汁風辛みそうどん

- 太うどんは、モチモチ食感で煮込んでも煮崩れないコシの強いうどん。
- やさしいコクのあるピリ辛のみそスープは、具沢山の豚汁にピッタリの美味しさ。
- 野菜をたっぷりとれる栄養バランスのよいレシピです。

**ボリュームのある豚汁の具がピリ辛みそスープをさらに美味しく！**



▼使用商品▼  
太うどん

## ▼材料▼ (2人分)

1食あたり 527kcal

材料名	分量	カロリー
太うどん(2食)	380g	724
水	540ml	-
豚肉	100g	254
大根 2~3cmの半分	50g	9
人参 2~3cm	30g	11
ごぼう 7~8cm	20g	13
ネギ 10cm程度	21g	6
ごま油 小1	4g	36
七味唐辛子	適量	-
糸唐辛子	適量	-

## ▼作り方▼

参考調理時間 30分

①	ごぼうはさがき、大根、人参はいちょう切り、ネギは斜め切りにしておく。
②	豚肉は一口大に切り、ごま油を入れた鍋で色が変わるまで炒め、野菜も加えてさらに炒める。
③	②の鍋に分量の水とスープを入れ、野菜が柔らかくなるまで煮込んでおく。
④	沸騰したお湯でうどんを <b>4分程</b> ゆで、湯切りした後に水で洗い、スープの鍋に入れて <b>2分程</b> 煮込
⑤	スープの入った鍋に麺を入れ、さらに2分程煮込み、器に盛りつけて出来上がり。
	※お好みで七味唐辛子や糸唐辛子をそえてお召し上がりください。