

細うどん

夏

しらすおろしぶっかけうどん

- 細うどんは、小麦は北海道産100%、モチモチ食感の細うどんを使用。
- ほんのり甘みのあるぶっかけつゆが、さっぱり大根おろしとしらすにピッタリ。
- 食欲のない時でも簡単にできて、すぐに食べられるお手軽レシピ。
- "ひなあられ"などをそえて、ひなまつりメニューの1品として。

細めのうどんにほんのり甘いつゆとさっぱり大根おろしが絶品！



▼使用商品▼
細うどん

▼材料▼ (2人分)

1食あたり 384kcal

材料名	分量	カロリー
細うどん(2食)	420g	720
大根 5cm程度	200g	36
しらす干し 大2	10g	12
大場 2枚	1g	0.4
おろし生姜	適量	-

▼作り方▼

参考調理時間 10分

①	大根はおろして水気をきっておく。
②	ふっとうしたお湯で麺を 2分程 ゆで、湯切りしてよく水で洗い、水気をきって器に盛り付ける。
③	うどんの上に大葉をひいて、大根おろし・しらすをのせ、お好みでおろし生姜を飾ります。
④	ぶっかけうどんつゆ(ストレート)をかけて出来上がり。