

うどんの豆乳担々麺



ガスの麺茹で機能を使用し、まろやかでヘルシーな豆乳とピリッと辛い豆板醤を使ったうどんの豆乳担々麺を作ります。寒い時期にピッタリなメニューです♪

《材料》 2人分

豚ミンチ肉	150g	B	
おろし生姜	小さじ1/2	鶏がらスープの素	小さじ1
おろしにんにく	小さじ1/2	醤油	小さじ1
ごま油	小さじ1	塩	小さじ1
うどん	2玉	無調整豆乳	400cc
		水	200cc
A		トッピング	
酒	大さじ1	すりごま	大さじ1
砂糖	大さじ1/2	白髪ねぎ	適量
赤味噌	大さじ2	チンゲン菜	2本
豆板醤	小さじ1~2	糸唐辛子	適量
		卵	2個



1 ごま油、おろし生姜、おろしにんにくをフライパンに入れる。点火して香りがしてきたら、ミンチ肉を加え、強火で炒める。



2 Aを別のところで合わせてから、フライパンに入れ、汁気をとばす。



豆板醤はお好みの辛さに調節して下さい。

3 鍋にBを入れ、ひと煮立ちさせる。沸騰しないようにする。



すぐ膜ができます。時々混ぜながら、沸騰しないように気をつけてください。

塩は味を調えながら入れて下さい。

4 チンゲン菜を茹で、半熟卵を作る。白髪ねぎを切る。

5 うどんを茹でて、器に入れる。

麺茹で機能を使用!

6 ③を入れ、②の炒めたミンチ肉を入れる。

7 トッピングをのせる。お好みで豆板醤やコチュジャン（分量外）を入れる。



ワンポイント

すりごまは先に入れて、ひと煮立ちさせる方が美味しいですが、豆乳の膜に張り付くので、気をつけてください!

麺茹で機能について

麺茹で機能とは、火力を自動調節して吹きこぼれを防ぎながら麺をゆであげる機能です。ご自宅のコンロにこの機能がある方はぜひ使ってみてくださいね!

