



2019年

食材提供



7/4 (木) アジアンのつけ麺 (久保 桂奈さん)

(材料2人分)

五島うどん：200g
豚バラ焼肉用：200g
塩：少々
黒こしょう：少々
大根：100g
にんじん：1/2本
A { すし酢：60ml
濃口醤油：60ml
水：200ml
(トッピング)
かいわれ：1/2パック
大葉：6枚
きゅうり：1/2本

- ① 五島うどんは、たっぷりの湯で袋の表示時間通りに茹で、水で洗ってぬめりを取り、水気を切って、器に盛る。
- ② 豚肉は、塩・黒こしょうをふって、強火のフライパンで両面こんがり色がつくように焼く。脂はキッチンペーパーなどでふき取っておく。
- ③ 大根とにんじんは千切りにして、Aの合わせ酢に5～6分ほどつけておき、水気を切って①の器に盛り、つけ汁は取っておく。
- ④ ②の豚肉が焼けたら、③で残ったつけ汁にさっとつけ、つけ汁と共に③の器に盛りつける。
- ⑤ 大葉ときゅうりは千切りにし、かいわれは根を取る。④の器に大葉・きゅうり・かいわれをお好みでのせる。

レシピは、ゆめタウン夢彩都サービスカウンター（3階と地下1階）に置いています。
また<インターネット><http://www.nbc-nagasaki.co.jp/>でもご覧になれます。