



11/12 (木) いりこだし薫るカレーうどん (磯永 由紀さん)

(材料2人分)

豚バラ薄切り肉：100g

ごぼう：50g

長ねぎ(白)：50g

サラダ油：大さじ2

A { 水：1000ml

中嶋屋本店うまかだしいりこ味：2パック

薄口醤油：大さじ2

B { みりん：大さじ1

酒：大さじ1

カレールウ：90g

ゆでうどん(細)：2玉

天かす：適量

長ねぎの葉：適量

- ① 豚肉は5cm長さに切る。ごぼうは斜め薄切りにする。長ねぎの白い部分は斜め薄切りにして、青い部分は小口切りにする。カレールウは細かく刻む。
- ② 鍋にサラダ油を熱し、①の豚肉を炒める。
- ③ ②の豚肉が白っぽくなってきたら、①のごぼうを入れて、更に炒める。
- ④ ③の鍋にAを入れてごぼうがやわらかくなるまで煮る。
- ⑤ ④の鍋にBを入れて、①の長ねぎの白い部分を入れ、しんなりなってきたら、最後に①のカレールウを入れてよく溶かす。
- ⑥ 別鍋に湯を沸かし、うどんをお湯にくぐらせて水気を切り器に盛る。
- ⑦ ⑥の器に⑤をかけて、天かすと①の長ねぎの葉をのせる。

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。
NBC アプリまたは<インターネット><http://www.nbc-nagasaki.co.jp/>でもご覧になれます。