



6/1(水) エスニック皿うどんサラダ

(材料)

丸協食産「コリコリなんこつ」

皿うどん麺

葉野菜、きゅうり

パクチー、ミニトマト

レモン

塩こしょう

A { にんにく (スライス)
鷹の爪
オリーブ油
B { スイートチリソース
ナンプラー
レモン汁

- ① フライパンに A を入れて火をつける。
- ② 香りがしてきたらなんこつを入れて塩こしょうし、炒める。
- ③ 皿に麺を乗せて、葉野菜ときゅうりを乗せる。
- ④ ②に火が通ったら乗せて、ミニトマトとパクチーを乗せる。
- ⑤ ボウルで B を混ぜ合わせてかけ、くし切りにしたレモンを添える。

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