2025 年　　Pint レシピ　　食材提供 you me

8/15(金)　ひんやり豆腐うどん　（加藤奈美さん）

（材料１人分）

A
- 木綿豆腐：１５０ｇ
- 豆乳（牛乳）：１５０ｍｌ
- ごま：大さじ1
- チョーコー醤油　あごつゆ：大さじ1

五島うどん（素麺）：１００ｇ
きゅうり：１/４本
ミニトマト：大１個
キムチ：適量
ごま：少々
ラー油：お好みで

① うどんは表示時間通りに茹でて、冷水で洗って、水気を切る。

② ミキサーに Ａ を入れてごまが細かくなるまで、しっかりとなめらかにする。（豆腐は水切りしないで入れる）

③ きゅうりは千切りにして、トマトは半分に切る。

④ 器に①のうどんを入れ、②を注ぎ、③のきゅうりとトマト、キムチをのせ、ごまをふって、お好みでラー油をかける。