

ひだかnoレシピ ~2024夏~

レシピ名	日高の野菜で肉みそうどん	部門	小・中 義務教育学校(六)年
------	--------------	----	-------------------

ざいりょう 材料

例) じゃがいも中5個	
なす3本	
玉ねぎ1個	
人参半個	
きゅうり1個	
しいたけ1枚	
豚ひき肉約300g	
うどん5玉	
片栗粉(あんかけ用)	
めんつゆ(適量)	
石砂糖 25gくらい	
みそ おたけ分くらい	
しょうゆ(適量)	

ちょうり てしゅん 調理手順

例) ①じゃがいもは皮をむき、4等分に切る。
① きゅうり せん切り
② 他の野菜みじんぎり
③ ひき肉と②をいためる
④ 旨味料とご味をととのえる
⑤ 水とき片栗粉でとろみをつける
⑥ うどんに肉みそをのせる
⑦ きゅうりをのせる
⑧ 食するときめんつゆを少し かけるとほぐれやすい

