

ジャージャーめん

材料	ひとり分 (g)	作りやすい量	備考
冷凍うどん	170	1200	
油	0.8	小さじ2	
にんにく	0.2	少々	みじん切り
しょうが	0.2	少々	みじん切り
長ねぎ	4.5	32g	みじん切り
とうぼんじやん 豆板醤	0.2	少々	
たけのこ	8	60g	あらみじん切り
たまねぎ	40	280g	みじん切り
ぶたひき肉	50	350g	
にんじん	10	70g	みじん切り
さとう	1.5	大さじ1強	
しょうゆ	0.8	小さじ1	
酒	1	小さじ1	
みりん	2.5	大さじ1	
赤みそ	2.5	大さじ1	
京桜みそ	6	42g (大さじ2・小さじ1)	
てんめんじやん 甜麵醬	0.6	小さじ1弱	
かたくり粉	0.3	小さじ1弱	(固さをみて)

作り方

- ①やさいをみじん切りにする。
- ②かこの調味料をまぜておく。
- ③にんにく・しょうが・長ねぎを炒め、香りが出たらたまねぎ・肉・たけのこを加えさらに炒めて②の合わせ調味料を加えて煮、肉みそを作る。
- ④冷凍うどんをゆでてから、水で冷やしてザルにとっておく。
- ⑤皿にうどんを盛り付け、上から肉みそをかける。
今回はきゅうりとトマトと一緒に盛り付けてみましょう。