

きままに一品 第七十七回

焼きうどん



うどん	2玉
キャベツ	150g～
玉ねぎ	40g～
人参	25～30g
豚肉スライス	50g～
かまぼこ	1/2～1/3
小ネギ	適量
花かつを	1つかみ～
塩、コショウ	
しょう油	大2
粉末だしの素	少々
油	

うどんのゆで麺を使って、焼きうどんをつくりましょう。

玉ねぎや人参は、炒めやすいように、うす切りにします。キャベツや豚肉は食べやすい大きさに切って、小ネギは小口切りにしておきます。かまぼこはうす切りに。

熱したフライパンに油をひき、玉ねぎ、人参、豚肉を炒めます。うどんは湯通しして、ざるにあげて水気を切っておきます。

キャベツとかまぼこを入れ、軽く塩・コショウをしてうどんを入れて、粉末だしの素を振りかけて炒めます。鍋肌からしょう油をまわし入れて軽く混ぜ、お皿に盛りつけ、花かつを、小ネギをトッピングして完成です。