

☆きゅうしょくレシピ17☆

【カレーうどん】

(ざいりょう) (4にんぶん)



なまうどん	140グラム	→ゆでる
ぶたにく	80グラム	・・・3cmにきる
あぶら	すこし	
さけ	すこし	
たまねぎ	120グラム	・・・5mmのスライス
にんじん	60グラム	・・・3mmのいちょうぎり
しろねぎ	20グラム	・・・3mmにきる
あぶらあげ	20グラム	・・・1cmにきる→ゆでる
しょうゆ	10グラム	
カレールウ	10グラム	
みりん	5グラム	
カレーこ	2グラム	
かたくりこ	5グラム	
けずりぶし(だし)	10グラム	
みず	500グラム	



(つくりかた)

- 1 なべにみずをいれて けずりぶしをにて、だしじるをとる。
(だしがとれたら、けずりぶしをなべからだす。)
- 2 べつのなべにあぶらをいれて、ぶたにくに さけをふっていためる。
- 3 1でとっただしじるをいれて、たまねぎ、にんじん、あぶらあげをいれて にる。
- 4 しょうゆ、みりん、カレールウ、カレーこをいれて、にこむ。
- 5 かたくりこをいれて とろみをつける。
- 6 しろねぎをいれて にる。
- 7 ゆでたうどんをいれて、すこしにる。