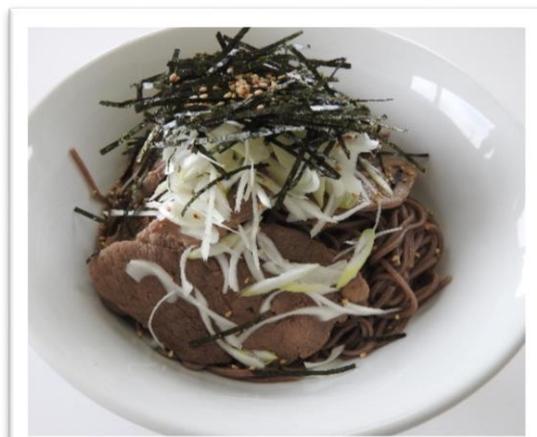




猪の肉そば



| 材料名 | 分量 |
|----------------------|-----------------------|
| | 猪バラ肉 A |
| 水 | 100cc |
| しょう油 | 大3 |
| 料理酒 | 大3 |
| 砂糖 | 大2 |
| トッピング | |
| ねぎ | 1 / 2本 |
| 刻みのり | 適量 |
| 白ごま | 適量 |
| そば(市販の乾麺) | 4束 |
| めんつゆ (市販のめんつゆでOK) | 適量 |
| ☆..... お好みで☆ | |
| 生卵 | |
| ラー油 | |
| 七味 | |

材料
(4人分)

作り方

- ①フライパンにサラダ油をひき、猪バラ肉を軽く炒め、Aを入れ沸騰したら火を止めて味をしみこませます。
- ②ねぎは斜めにカットしておきます。(幅1mmくらいに)
- ③めんつゆを、商品ラベルに表示の目安どおりに作ります。「そばつゆ」や「めんつけ汁」の希釈方法で)
- ④鍋にお湯を沸かしそばを茹で、サッと水にさらし、どんぶりに盛ります。
- ⑤その上に、①の肉、ネギ、刻みのり、白ごまをのせて出来上がり。

*お好みで、めんつゆに玉子、ラー油を入れて召しあがってみてください。

*写真のように「つけ汁」にしていたり、めんつゆを温めて温かい「かけ汁」でいたり (この場合の希釈方法は「めんのかけ汁」で)、お好みに合わせてお召しあがりください。