

～＊～しっぽうどん～＊～

<材料 4人分(汁椀に入る量なので少ないです。)>

冷凍うどん……200g(約1玉)

鶏もも肉(こま切れ)…40g

大根………60g

人参………30g

かまぼこ………40g

葉ねぎ………30g

だし汁………400cc(給食では昆布と花かつおでとりました)

うすくち醤油…大さじ2

みりん………小さじ1/2

水溶き片栗粉…少々



<具を炊く>

ごぼう………40g

干し椎茸………2g

油揚げ………20g

こいくち醤油……小さじ1

みりん………小さじ1/2

酒………小さじ1/2

干し椎茸の戻し汁…適量

<作り方>

① 大根はいちよう厚さ6mm程度、にんじんはいちよう厚さ4mm程度に切る。

② 葉ねぎは、5mm長さに切る。

③ かまぼこは、いちよう厚さ4mm程度に切る。

- ④ ごぼうはさがき、油揚げは短冊に切り、油抜きをしておく。
- ⑤ 干し椎茸は、水かぬるま湯で戻して千切りに切る。
- ⑥ 干し椎茸の戻し汁で、④⑤の具と調味料を入れて鍋で煮る。
- ⑦ 別鍋にだし汁を沸かし、鶏肉、大根、にんじん、かまぼこを煮る。
- ⑧ ⑦に調味料と冷凍うどんを入れ沸かす。
- ⑨ 冷凍うどんがほぐれたら⑥の具と水溶きでんぷんを入れ、仕上げに葉ねぎを入れて出来上がり。

※しっぽうどんは、香川県の郷土料理で、冬に食べることが多いそうです。本当のしっぽうどんは、茹でたうどんの上に、だし汁と調味料で炊いた具をかけて食べるそうです。