



すき焼きうどん



【作り方】

- ①豚肉は一口大に切り、にんじんはせん切り、たまねぎはうす切り、糸こんにゃくは3cmに切り、はくさいは短冊切り、えのき茸は2cmに切り、白ねぎは斜め切り、春菊は2cmに切る。
- ②鍋に油を入れ、豚肉を炒める。
- ③にんじん・たまねぎを加えて炒める。
- ④だし汁を入れ、糸こんにゃく・はくさい・えのき茸を入れて煮えたら、砂糖・みりん・しょうゆ・塩で味つけをする。
- ⑤うどんを入れて煮て、さらに白ねぎ・春菊を加えて煮て仕上げる。

【材料】(4人分) (給食の量です)

豚肉	60g	油	適量
にんじん	中1/3本	砂糖	大さじ1
たまねぎ	中1/2個	みりん	小さじ2
糸こんにゃく	40g	しょうゆ	大さじ1
はくさい	2枚	塩	少々
えのき茸	1/4パック	だし汁	280cc
うどん	200g		
白ねぎ	5cm		
春菊	1株		