



※写真はイメージです。

フライパンで簡単おかず麺！

豚肉こま切れと野菜のおかず麺

材 料 (2人分)

うどん(冷凍)	2玉
豚肉こま切れ	約100g
もやし	1/2袋
洋にんじん	1/4本
ピーマン	1個
サラダ油	大さじ1
塩	少々
こしょう	少々
A	
キッコーマン 本つゆ香り白だし (白だし)	150ml
水	300ml
レタス	2枚
ミニトマト	4個

作り方

1. 洋にんじんとピーマンは細切りにする。レタスは食べやすい大きさにちぎる。Aは合わせておく。
2. フライパンにサラダ油を熱し、豚肉、もやし、洋にんじん、ピーマンを炒め、塩・こしょうで味を調える。
3. たっぷりのお湯でうどんを茹で、冷水でしめて器に盛り付ける。
4. 3の上に2を盛り付け、レタスとミニトマトを添えてAを注ぐ。