



## 冷麺風そうめん



### 材 料（1 人分）

そうめん(乾麺) 100g(ゆであがり後：約 300g)

水（ゆでる用） 600mL

#### ■冷麺風そうめんの材料

水 -A 200mL

鶏ガラスープのもと -A 小さじ 1

醤油 -A 小さじ 2

酢 -A 小さじ 1

豆板醤 -A（お好みで） 小さじ 1/2

きゅうり 1/2 本

キムチ 50g ～

煎りごま 小さじ 1

使用した容器：直径 22cm

満水容量 2,000mL の耐熱ボウル

（品番 MXPA-200）

### 作 り 方

#### ■そうめんのゆで方

- 1 耐熱ボウルに水カップ 600mL を入れ、600w の電子レンジで 7 ～ 8 分加熱する。
- 2 1 にそうめん 100g を入れ菜箸でかき混ぜ湯に沈める。
- 3 そうめんの袋に記載の茹で時間+1 分 30 秒、ラップなしで 600w の電子レンジで加熱する。
- 4 手袋またはふきんを使って 3 を取り出しザルにあけ流水をかけ、冷やしてできあがり。

#### ■冷麺風そうめんの作り方

- 5 きゅうりは薄切りにする。
- 6 深さのある容器に A をすべて入れまぜる。
- 7 4 のそうめんを 6 に入れ、きゅうりとキムチ、煎りごまをのせてできあがり。