



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。