



最優秀賞

麺・スパゲティ部門

ぶもん
部門

- ① どんぶり・ご飯部門
- ② 麺・スパゲティ部門
- ③ カレー・シチュー部門
- ④ スープ・味噌汁部門

(*該当部門に○を入れてください)

(5)^{ねん}年 (B)^{くみ}組 名前()

いっしょに^{かんが}考えた人の名前()

レシピのタイトル

体がぽかぽかになるわか家のみそにこみうどん

ざいりょう にんげん
(材料4人分)

- うどん 4玉 月家エマ 150g
- ナス 1本 ○たしの素 小じ
- 大根 5cm ○しょうゆ
- 人参 5cm ○水
- 玉ねぎ 1/2個 ○おろし 特焼
- 長ネギ 1/3本 ねぎ お好み
- 油揚げ 1枚
- 白菜 1枚
- まいたけ ひとつかき

かんせい
(完成のイラスト)



つく かつ
(作り方)

1. 入れる野菜 お肉は食べやすいようにカットする。ナスは水につけてアク抜きをする。油あげはお好みで湯抜する。
 2. なべに油をひいて、ナスとカットしたものを炒める。
 3. 火が通ったら、やさしく○を入れていたをしてぐつぐつとにます。
 4. 具材がやわらかくなったら、みそをとかし入れます。初めにしょうゆを入れているので、みそをたっぷり入れていくとかなりこくなります。
 5. 口を見をしながらみそにみそをしてください。
 6. うどん4玉とう入します。
 7. 完全です!
- *しょうがかポイント!
完成時に長ネギをかける

くふう (工夫したところや、このレシピにした理由)

お母さんがときどきつくってくれる、ぐたくさんのみそにこみうどん。がさいをたたくし入れてみそでにこむとあやさいをたたくさんたたくことかできます。しょうかが入っているのて体がポカポカします。