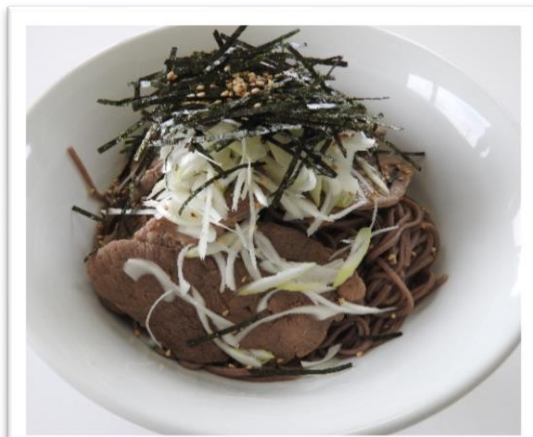




猪の肉そば



材料名	分量
	猪バラ肉 A
水	100cc
しょう油	大3
料理酒	大3
砂糖	大2
..... トッピング	
ねぎ	1 / 2本
刻みのり	適量
白ごま	適量
そば(市販の乾麺)	4束
めんつゆ (市販のめんつゆでOK)	適量
☆..... お好みで☆	
生卵	
ラー油	
七味	

材料
(4人分)

作り方

- ①フライパンにサラダ油をひき、猪バラ肉を軽く炒め、Aを入れ沸騰したら火を止めて味をしみこませます。
- ②ねぎは斜めにカットしておきます。(幅1mmくらいに)
- ③めんつゆを、商品ラベルに表示の目安どおりに作ります。「そばつゆ」や「めんつけ汁」の希釈方法で)
- ④鍋にお湯を沸かしそばを茹で、サッと水にさらし、どんぶりに盛ります。
- ⑤その上に、①の肉、ネギ、刻みのり、白ごまをのせて出来上がり。

*お好みで、めんつゆに玉子、ラー油を入れて召しあがってみてください。

*写真のように「つけ汁」にしていたり、めんつゆを温めて温かい「かけ汁」でいたり (この場合の希釈方法は「めんのかけ汁」で)、お好みに合わせてお召しあがりください。