

# カレーうどん

コメント:

分量は汁わんに入る程度の量です。家庭では量を増やしてお試しください。



## 材料 (1人分)

冷凍うどん 45 g	<A>
鶏もも肉 15 g	カレールウ 13 g
にんじん 20 g	しょうゆ 2 c c
ねぎ 5 g	塩 0.3 g
たまねぎ 40 g	オイスターソース 1 g
	みりん 1 c c
	削り節 2.5 g
	(だし汁) (150 c c)

## 作り方

- (1) 鶏もも肉は1 c m角に切る。
- (2) にんじんは千切り、ねぎは小口切り、たまねぎは薄くスライスする。
- (3) 削り節でだしを取り、鶏もも肉・にんじん・たまねぎの順に加えアクを取る。
- (4) <A>を加え、とろみが出るまで煮込む。
- (5) うどんをゆで、(4)へ加える。
- (6) 仕上げにねぎを散らす。