



人気メニューです!!

材料・分量目安 園児5人分		作 り 方
中華めん	350 g	1. きゅうりはせん切り、玉葱はみじん切りにする。 生姜はみじん切りか、またはすりおろして汁を絞っておく。 2. フライパンに油をいれ熱し、挽肉、生姜(汁)をいれて炒め、さらにみじん切りの玉ねぎを入れ炒める。 ここへ調味料を加えていき、汁気がある程度なくなるまで煮る。 3. 中華めんはゆでてから水にさらす。 (めんは時間をがたつとくっついてしまうのでサラダ油をまぶしたり、きゅうりを混ぜておいてもよい。) 4. 皿にめんを盛り、肉みそときゅうりをちらす。 食べる時はよく混ぜて食べる。
きゅうり(1本)	100 g	
豚挽肉	150 g	
サラダ油	小さじ2	
生姜	少々	
玉ねぎ 150g	小1コ	
しょうゆ 15g	大さじ1弱	
三温糖 13g	大さじ1.5	
赤みそ 33g	大さじ2	
甜めん醬(テマリツヤ)	小さじ1	
酒	小さじ2	
鶏がらスープ素	少々	



ジャージャー麺は肉みそをのせた汁なしそばです。

肉みそはうどんにもあいますので、作り置きして冷蔵庫で保存しておくとも便利です。