

冷やし麦面レシピ^o POPPIN' カラフルレシピ

きゅうりと梅わさびの

冷やしそうめん

~ NO.92 ~

<材料1人分>

- ◎ そうめん 1把
- ◎ 梅干し (種をぬいたもの) 2コ
- ◎ わさび (チューブ)
2cmくらい
- ◎ きゅうり 1本 (すりおろして、しっかりしぼっておく)
- ◎ 大葉 1枚
- ◎ みょうがの干切り 1コ分
- ◎ 市販のうどんスープ (粉末タイプ・約250mlの熱湯で溶かし
粗熱がとれたら、冷蔵庫で冷やす)

<つくり方>

1. 梅干しは包丁でたたいてボウルに入れて、わさびを加えて混ぜ合わせる
2. そうめんも表示通りに茹で、しっかり、もみ洗いし水気をしっかりきって器に盛る
3. ②に出汁を加え、大葉をのせ、その上に梅わさびをのせ横に、すりおろしたきゅうり、みょうがを添える

◎ お出汁と梅、さっぱりと食べられます。

梅わさびは、白身のお魚のお刺身+おにぎりにつけても
美味しいです。暑い夏に、ピッタリなレシピに
イェイガまして。