



今回のメニューは 「めんたいこクリームうどん」です

お当番:mika.K <出典元>

+ 材料

めんたいこクリーム ※別途参照

ゆできしめん ※うどんでも可

牛乳

キノコ類

おろしにんにく、オリーブオイル

塩、こしょう、固形ブイヨン

+ つくりかた

- 1/ フライパンにオリーブオイル、おろしにんにくをいれ、軽くまぜあわせてから火をつける
- 2/ キノコ類を軽く炒めたら、ブイヨンをいれ、フライパンの底面から1cmくらいまで牛乳をいれる
- 3/ 全体がなじんだら、麺をほぐし入れて、煮る
- 4/ 麺が水分を吸っていくので、適宜、牛乳または水をくわえていく
- 5/ じゅうぶんに熱が加わったら、塩、こしょうで味を整え、火をとめる
- 6/ めんたいこクリームをくわえて、全体にからんだら、できあがり

+ ひとつとアドバイス

麺を牛乳で煮ていくので、やわらかくなり、ちいさなお子さまや、パスタが苦手というお年を召したかたにもおいしく召し上がっていただけるメニューです

「めんたいこクリーム」の目安は、麺1玉に対して、30gほどです

仕上げに、パセリ、ナツメグを散らしても合います

* memo *