



時短ワザ

作業
15分

混ぜ具合で味の印象が変わる♪

たらこクリームうどん

[材料] 2人分

春菊	2株 (50g)
ちよい置きレシピ p12	ホワイトソース 100g
絹ごし豆腐	100g
よつ葉北海道スキムミルク	大さじ1
しょうゆ	大さじ1/2
A オリーブオイル	大さじ1/2
ゆでうどん	2玉
たらこ (薄皮から出したもの)	40g
刻み海苔	適量
オリーブオイル	少々
白炒りごま	少々



[作り方]

- 春菊は茎を斜めに薄切り、葉は1cm幅に切る。飾り用を少し取り分ける。
- 耐熱ボウルにホワイトソースと絹ごし豆腐を入れて電子レンジ600Wで2分30秒ほど加熱し、泡立て器でなめらかになるまで混ぜる。
※使用する豆腐によって硬さが異なるので、ミキサーなどで攪拌しても良いです。
- 麺が2玉入る大きさのボウルに、スキムミルクとAを入れてよく混ぜる。
- ゆでうどんを表示通りにゆでて水分を切り、③のボウルに入れて和える。
春菊 (茎と葉) も加えてさっと混ぜ、器に盛る。
- ②をかけて、飾り用の春菊とたらこ、海苔をのせ、オリーブオイルをかけて白炒りごまをふる。

point



麺に下味をつけることで、ソースや具材と混ぜたときに一体感が出ます

動画で
見る