

豚汁うどん

お手軽度 😊😊😊

エネルギー	302 ｷｯｶﾘ-
塩分	2.2 ｸﾞﾗﾑ

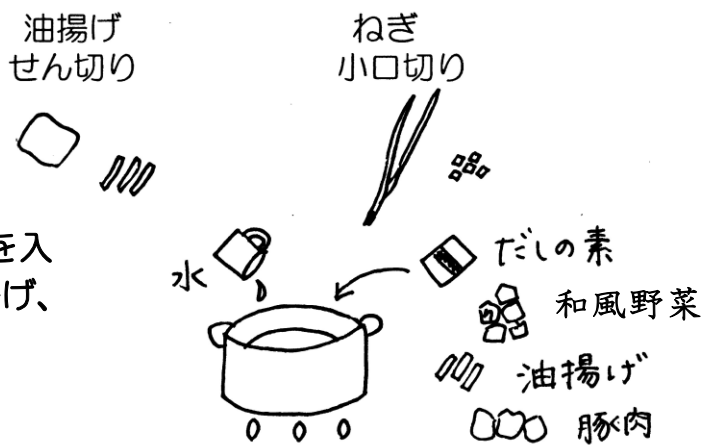
材料 (1人分)

うどん (冷凍)	1 玉
豚コマ切れ肉	15 g
和風野菜 (冷凍)	75 g
油揚げ	1/10 枚
ねぎ	お好みの量
水	300 c c
みそ	大さじ1
だしの素	ひとつまみ



作り方

①下準備



②鍋に水、だしの素を入れ、和風野菜、油揚げ、豚肉を煮る。

③うどんを加えて煮込み、みそを溶き入れる。



味をみながら
みそを入れましょ
う

④ねぎを散らす。

