

焼きうどん

合計加熱調理時間 約 10分

[1人分：428kcal/ 食塩相当量：2g]

野菜と肉の旨みがうどんに染みて、手軽にできておいしい！



材料（6人分）

豚バラ肉（一口大に切る）	200g
ごま油	60cc
冷凍うどん	4玉
<材料a>	
キャベツ（一口大に切る）	600g
ネギ（斜め切り）	4本
ニンジン（短冊切り）	120g
<材料b>	
顆粒だし：和風	小さじ4
しょうゆ	大さじ2
オイスターソース	大さじ1

※掲載レシピはクックエブリオ専用のものとなります。

分量

6人分

設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度
1	コンビ	90%	10分	200℃

下ごしらえ

- ・豚バラ肉はごま油をかけ混ぜる。

作り方

1. 65mmのホテルパン1枚に冷凍うどんを並べて<材料a>をのせ、<材料b>を振って豚バラ肉を広げてのせ、【設定1】で予熱後、加熱する。
2. 加熱完了後、1のホテルパンを取り出し、混ぜ合わせる。

調理ポイント ◆仕上げに花かつおを添えると、一層美味しく仕上がる。