

野菜たっぷり中華うどん

材料 (1人分)

豚肉	8 g
人参	5 g
キャベツ	16 g
もやし	10 g
たけのこ	10 g
長ネギ	6 g
塩こしょう	少々
油	1 g
うどん	80 g
中華スープの素	0.2 g
うすくちしょうゆ	3 g
砂糖	1 g
酒	1 g
水	300 cc



作り方

- ①豚肉と野菜は食べやすい大きさに切り、炒めて塩こしょうで味をつける。
- ②鍋に水300ccをわかし、中華スープの素、しょうゆ、砂糖、酒で味をつける。
- ③器にゆでたうどんを入れ、①の野菜、②のスープをかける。