



親子チーズうどん

寒い季節にぴったり！

ぷりっとした鶏肉と、ふわっとした卵ととろっとしたチーズがうどんによくあう、優しい味わいのうどんです。

[材料]・2人分

冷凍うどん	-----	2玉
鶏もも肉	-----	100g
玉ねぎ	-----	1/2コ
卵	-----	2コ
溶けるチーズ	-----	2枚
細ねぎ	-----	適量
濃口しょうゆ	} 各大さじ2	
薄口しょうゆ		
みりん・砂糖	各大さじ1	
だし汁	-----	100ml

かけつゆ

薄口しょうゆ	} 各大さじ2	
みりん		
だし汁	-----	320ml

[作り方]

1

鶏もも肉は、繊維を断ち切るように切込みを入れ、包丁の背で叩く。

手で触り、軟骨があれば除く。皮面を上にして、ひと口大に切る。

2

鍋にだし汁、濃口しょうゆ、薄口しょうゆ、みりん、砂糖、鶏もも肉、玉ねぎを

入れてから火をつける。初めは強火、沸騰後は中弱火で10分程煮る。

3

煮立てた状態の鍋に溶き卵をまわしかけ、鍋をゆする。

チーズを乗せ、ふたをして火を止め1分蒸らす。

4

別の鍋にかけつゆの材料を入れて沸騰させ、ゆがいたうどんにかける。

3と細ねぎを乗せれば完成！

