

オクラ入り焼うどん

使用商品 土佐しょうゆ



調理時間
(目安) 15分

料理特徴

かつお風味のまろやかな土佐しょうゆが全体の味をバランスよく仕上げています。

材料 1 人分

材料名	使用量	材料名	使用量
冷凍うどん	1玉	かつお節	適量
豚バラ肉(薄切り)	60g	刻みのり	適量
オクラ	3本		
人参	1/4本		
玉葱	1/6個		
舞茸	40g		
塩・胡椒	少々		
赤唐辛子	0.2g		
サラダ油	大さじ1		
土佐しょうゆ	大さじ1		
青ねぎ(小口切り)	適量		

作り方

- ①人参は短冊切り・玉葱はスライスする。舞茸は根元を切り、適当な大きさに裂く。オクラは塩もみし、ガクの部分を切って斜めに2等分する。
- ②豚バラ肉は3cm幅に切る。
- ③うどんを茹でて水でサツと洗う。
- ④フライパンにサラダ油を熱して②を炒め、火が通ったら①・赤唐辛子を加えて炒め、塩・胡椒をふる。
- ⑤④に③を加え、具材と混ぜ合わせて土佐しょうゆで味付けする。
- ⑥器に盛り付けて、青ねぎ・かつお節・刻みのりをかけ出来上がり。