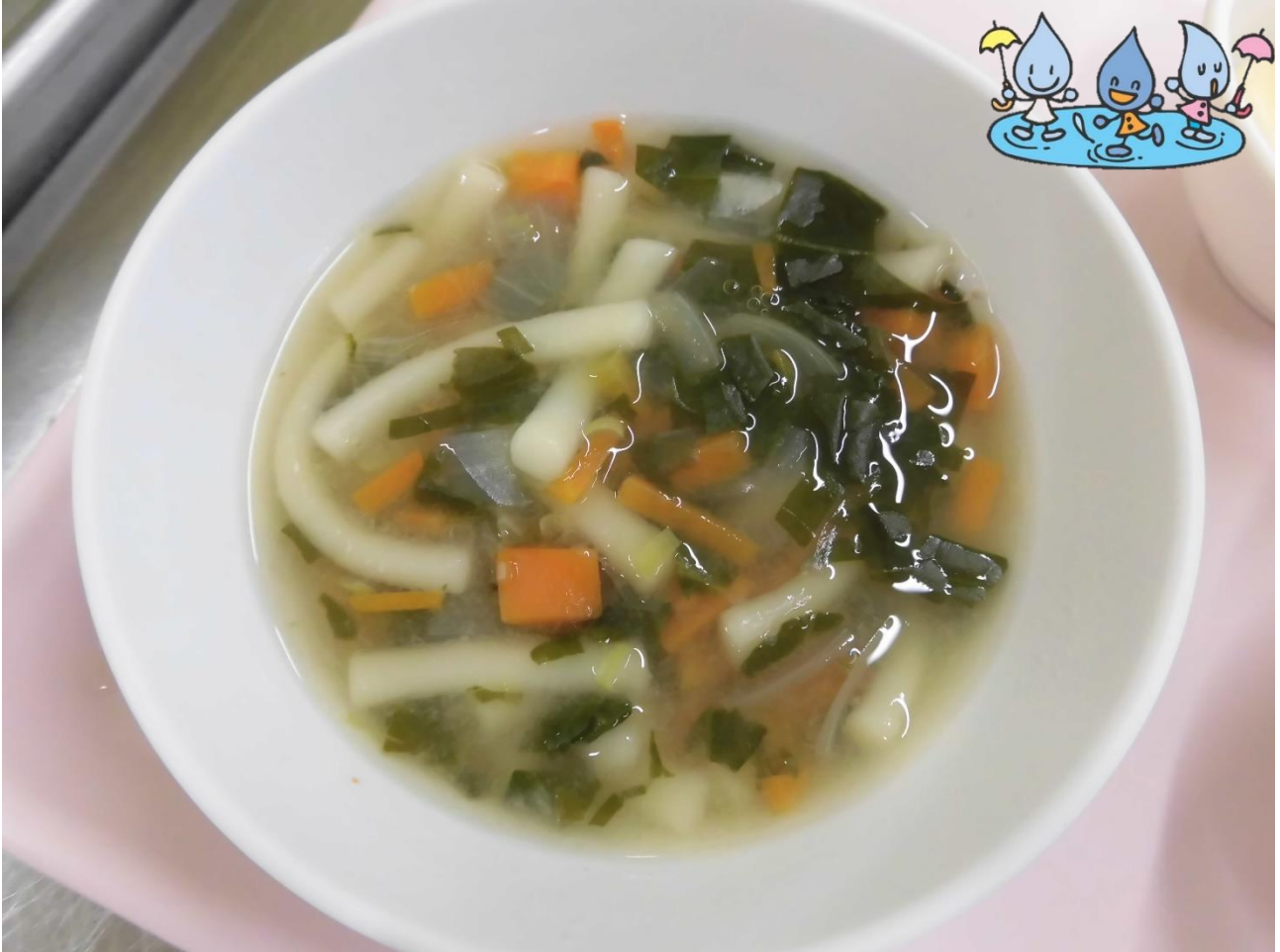




# 煮込みうどん

(完了期：12カ月～18カ月)



<材 料> 1人前

うどん 50g 玉ねぎ 5g 人参 5g 長ネギ 5g ほうれん草 3g

かつお・昆布だし汁 200cc 醤油 少々 砂糖 少々

<作り方>

- ① 人参・玉ねぎは1cmの千切り、長ネギはみじん切り、ほうれん草は茹でて葉の部分を小さく切っておく。
- ② うどんは2cm～3cm位に切る。
- ③ かつお・昆布だしを小鍋に入れて、人参・玉ねぎを入れ沸騰したら静かに煮る。
- ④ 野菜が柔らかくなったら、うどん・ネギを入れて醤油・砂糖を少々入れて煮込む。
- ⑤ 最後にほうれん草を入れて出来上がり。



<ワンポイント>

麺をすするといふ口の動きも練習できます。