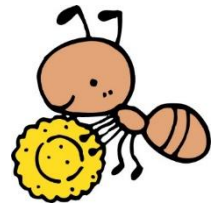




冷やしラーメン



<材 料> 4人前

中華麺 4玉 卵2個 ロースハム8枚 きゅうり1本 もやし1袋
トマト 1個
かつお・昆布だし汁 200cc 砂糖大さじ3 醤油 150cc 酢 100cc
ごま油 大さじ1

<作り方>

- ① ごま油以外の調味料を鍋で煮立たせ、良く冷やし、ごま油を加えて冷蔵庫に冷やしておく。
- ② 卵は茹でて、殻を剥き 1/2 に切る。きゅうり・ハムは千切り。もやしは茹でて水で冷やしザルで水を切る。トマトは8等分のくし形に切る。
- ③ 中華麺を茹でて冷水で良く洗い、水を良く切って、お皿に盛り付ける。
- ④ 卵 1/2 個・きゅうり・ハム・もやし・トマトを盛り付ける。
- ⑤ ①のたれをかけて出来上がりです。



<ワンポイント>

1歳児は、ミニトマトにするなど食べやすい大きさにしております。卵は錦系卵にしても美味しいです。