



里芋と豚巻き高崎うどん すき焼き風



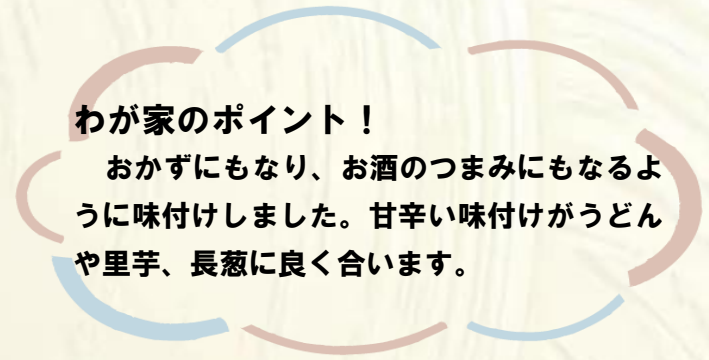
材料と分量（2人分）



※各人、食べる量により異なります



- 高崎うどん・・・1/2束
- 豚バラスライス・・・12枚
- 長葱・・・1本
- 里芋・・・2個
- 片栗粉・・・少々
- サラダ油・・・小さじ1
- 濃口醤油・・・大さじ3
- 酒・・・大さじ4
- 砂糖・・・大さじ2
- 卵・・・2個



わが家のポイント！

おかずにもなり、お酒のつまみにもなるように味付けしました。甘辛い味付けがうどんや里芋、長葱に良く合います。



作り方



1. 高崎うどんは、茹でて水で洗い、しめておく。
2. 長葱は、1/3は5mm幅のななめ切りにし、残りは、1cm幅のななめ切りにする。
3. 豚バラスライスを3枚並べ、片栗粉を薄くふる。その上に茹でた高崎うどんと5mm幅に切った長葱をのせて巻き上げる。
4. 里芋は皮をむいて1cm幅に切る。
5. フライパンに油をしき、豚巻きと里芋を焼く。
6. 豚巻きと里芋に火が入ったら、長葱を入れて焼く。
7. 余分な油を拭き取り、濃口醤油と酒、砂糖を加えて火にかけ、からめていく。
8. 器に盛り付けて、卵を添えて完成。



～審査講評～

食卓やお弁当のおかずにもなり、お酒のつまみにもなる甘辛い味付けが、後引く美味しさでありました。また、高崎うどんを豚肉で巻く斬新なアイデアに驚きました。このレシピのために高崎うどんを茹でましたが、余ったうどんの活用法にもなり、食材を無駄にしない内容も、高く評価されました。