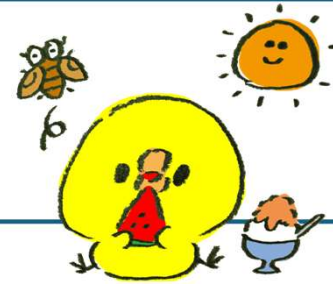


# 豚しゃぶ豆腐サラダうどん



アレルギー/小麦



材料	2人用
ゆでうどん	2玉
豚モモ薄切り肉 しゃぶしゃぶ用	120 g
豆腐	1パック
ミニトマト	4コ
青じその葉	2枚
胡瓜	1本
レタス	1/4
ごまだれ	2袋

## 作り方

①②、③で使用する湯を沸かす。

①レタス・胡瓜...細切り  
ミニトマト...半分に切る  
豆腐...食べやすい大きさにちぎる  
青じその葉...刻む

②①の湯に豚しゃぶを入れ、ゆでて冷ます。

③①の湯にうどんを入れ、ゆで上がった後、流水で洗い、水気を切る。

④器に③を入れ、①、②を盛り付け、ごまだれをかけて完成。