



No.105 ミルクちゃんぽん ～ 塩焼きそばの麺と粉末ソースをアレンジ ～

材料 2人分

- 豚肉(うす切り) 80g
- かに風味かまぼこ 2本(20g)
- もやし 100g
- キャベツ 30g
- にんじん 10g
- しめじ 10g
- やきそば麺(塩) 2玉(130g×2)
- 油 小さじ1(4g)
- 水 100ml
- A
 - 牛乳 300ml
 - 塩焼きそば粉末スープ 1袋(9g)



大人はお好みで
ラー油をどうぞ

レベル 3★★★★



カット野菜を使えば簡単！

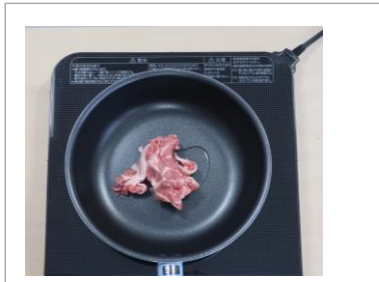


作り方

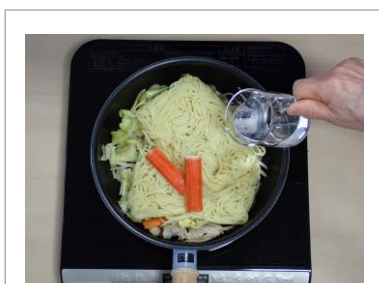
① 豚肉とキャベツ、にんじんは食べやすい大きさに切る。しめじはほぐしておく。



② フライパンに油をいれ、豚肉を炒める。肉の色が変わったら、野菜、しめじを入れて炒める。



③ ②に、かに風味かまぼこと麺と水を入れて加熱し、煮立ったら、Aを加え、軽く沸騰させ火を止める。



加熱時間によって
野菜のかたさが
変わるよ