

魚沼きのこアイデアレシピ 主食（麺類）

～ 涼風きのこのサラダうどん ～

【 材料・分量（4人分） 】

- ・ぶなしめじ：1/2 パック
- ・えのきたけ：1 袋
- ・冷凍さめきうどん：4 玉分
- ・ツナ缶：2 缶
- ・レタス：4 枚
- ・トマト：2 個
- ・みょうが：2 個
- ・塩こしょう：少々
- ・マヨネーズ：大さじ 4
- ・麵つゆ：200cc

【 作り方 】

うどんはたっぷりのお湯で茹で、冷水にさらして水気を切る

ぶなしめじとえのきたけは食べやすい大きさに切り、少量の油（分量外）を引いたフライパンで炒めて、塩こしょうする

皿に のうどんを盛り、ちぎったレタスと炒めたきのこ、ツナを乗せる

マヨネーズを絞ってトマトとみょうがを飾り、全体に麵つゆをかけて出来上がり！

【 料理時間 】 15 分程度

【 考案者 】 「みかん」さん（東京都豊島区）

【 考案者さんのコメント 】

夏にぴったりの我が家の自慢メニューです

超簡単スピード料理なのに味は絶品！

人から「お店で出せる味だね！」とよく言われます。

