

手作り！グルテンフリーめんつゆ



調理時間：10分



調理法：お鍋



カロリー：1kcal



塩分：1g

グルテンフリーのめんつゆを手作りしてみませんか？
ピーンと合わせて、夏の時期にグルテンフリーでそうめん風を楽しんでみてください♪

醤油のキレが効いたレシピ、だしが効いたレシピの2種類用意しました。
ご家庭の味に合わせて作ってみてくださいね。

使用商品

その他



材料 1人前

【「醤油のキレ」が効いたレシピ】

醤油（グルテンフリー仕様のもの）：大さじ1（約18g）

みりん：大さじ1（約18g）

和風だしの素：小さじ1/2強（約2g）

水：100cc

みりん：大さじ1（約18g）

醤油（グルテンフリー仕様のもの）：大さじ1/2（約9g）

和風だしの素：小さじ1/2強（約2g）

塩：ひとつまみ（約1g）

水：100cc

【「だし」が効いたレシピ】

作り方

（1）

材料をすべて小鍋に入れ、ひと煮立ちさせたら冷まして完成。

一度、軽く煮立たせることでみりんのアルコールが飛び、醤油も角が取れまろやかな味に仕上がります。