ケンミン食品株式会社

ミッキーマウス / ライスヌードル きつねうどんのレシピ

調理時間：10分　調理法：お鍋　カロリー：294kcal　塩分：2.8g

調味料も材料もすべてグルテンフリーにこだわったレシピです。お米でできたうどんだからこそ、出汁の優しい風味を引き立てます。

使用商品　ミッキーマウス／冷凍ライスヌードルうどん

材料　1人前

ミッキーマウス / ライスヌードル
うどん：1袋（160g）
油揚げ：1/2枚
水：300cc

■調味料A
和風だしの素：小さじ1/2（1.5g）
酒：大さじ1（15g）
グルテンフリー醤油：小さじ1（6g）
みりん：小さじ1（6g）
塩：小さじ1/3（2g）
■トッピング
青ねぎ（小口切り）：適量

作り方

（1）
ライスヌードルうどんを温めておく。（基本の調理方法参照）
■電子レンジの場合
凍ったままのライスうどんを外袋から取り出し、内袋ごと表示がある面を上にしてレンジ対応の皿にのせ、レンジ加熱してください。
【500W：約3分20秒 or 600W：約2分50秒】
※加熱後、ほぐれにくい場合は水洗いしてください。

■ゆでる場合
凍ったままのライスうどんを外袋から取り出し、内袋をはずしてください。
沸騰したたっぷりのお湯に入れ、再沸騰後約1分加熱し、湯切りしてください。
※スープ・たれなどがよく絡むライスうどんですので、お好みで味をご調整ください。
※加熱後すぐに調理しない場合は、水洗いして頂くことをおすすめしています。

（2）
鍋に水と【調味料A】、油揚げを入れて、ひと煮立ちさせる。

（3）
器にうどんを入れ、２のだしをかけてめんをほぐす。
青ねぎを盛り付ける。

（4）
注意
※このレシピは特定原材料8品目（卵、乳、小麦、えび、かに、そば、落花生、くるみ）を含まない材料を使用したメニューです。
お手元の材料、調味料によってはこれらの8品目のアレルゲンが含まれることがありますので、原材料表示を確認するなど充分ご注意ください。
※食物アレルギーは個人差が大きく、症状には充分ご注意の上、個々のアレルギーの状態に合わせてご利用ください。

Copyright (c) KENMIN FOODS co., ltd. All rights reserved.