

～やまぐち食べきりアイデア～

肉じゃがあんかけうどん



(2人前)

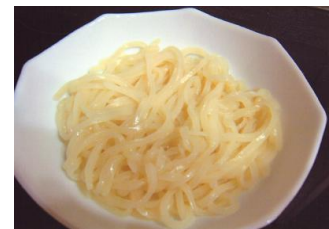
○食材等

- ・残り物の肉じゃが
- ・長ネギ 半分
- ・しめじ 半パック
- ・たまご 2つ
- ・お好みで七味
- ・うどん 二玉
- ・水溶き片栗粉 適量

(経費目安 120円)

<作り方>

- 1 残り物の肉じゃがを汁ごと鍋であたためる
- 2 長細く刻んだネギとほぐしたシメジを1に加えて火を通す
- 3 2に水溶き片栗粉を入れてとろみをつける
- 4 うどんをゆでて器に入れる
- 5 4に3をかけて生卵を割る
好みで七味をかける



【アイデア発案者】

ペンネーム: さよちゃんさん(柳井市)

とっても簡単。

煮汁も捨てることなく利用でき

自然にやさしい。

今回はうどんを紹介しましたが

ごはんでもおいしいですよ。

