

# カムジャタン風スープ



## 材料 2人分

材料名	使用量	材料名	使用量
豚肉(小間切れ)	80g		
キムチ	50g		
じゃがいも	大1個		
玉ねぎ	大1/4個		
ニラ	15g		
サラダ油	小さじ1		
旨辛肉汁うどんつゆ	1袋		
水	400ml		

## 料理特徴

「旨辛肉汁うどんつゆ」で豚肉とじゃがいもを煮込み、韓国のカムジャタン風に仕上げました。キムチの酸味がアクセントになり、ご飯がすすむ1品です。

## 作り方

- ①豚肉は食べやすい大きさに切り、じゃがいもは皮をむいて4等分にする。玉ねぎは串切りにし、ニラは5cm幅のざく切りにする。
- ②サラダ油を熱した鍋で豚肉とキムチを炒め、豚肉に火が通ったらじゃがいもと玉ねぎを入れて軽く炒める。
- ③②に旨辛肉汁うどんつゆと水を加え、煮立ったら弱火にし、じゃがいもが柔らかくなるまで15分ほど煮る。ニラを加え、火を止める。
- ④器に盛りつけて出来上がり。

# 酸辣湯



## 材料 2人分

材料名	使用量	材料名	使用量
豚肉(小間切れ)	80g	水菜(3cm幅)	適量
豆腐(木綿)	1/4丁		
たけのこ(水煮)	20g		
椎茸	2枚		
人参	1/4本		
えのきだけ	1/4株		
溶き卵	1個分		
旨辛肉汁うどんつゆ	1袋		
湯	400ml		
水溶き片栗粉			
片栗粉・水	各小さじ2		
酢	大さじ1・1/2		

## 作り方

- ①豚肉は食べやすい大きさに切る。豆腐はキッチンペーパーで水気を切り、1cmの細切りにする。たけのこ・椎茸・人参は細切りにする。えのきだけは石突を落として半分切る。
- ②鍋に分量の湯を沸かし、①の豆腐以外を入れて加熱し、ひと煮立ちしたら豆腐を加える。
- ③②に旨辛肉汁うどんつゆを加え、水溶き片栗粉を回し入れてとろみをつける。
- ④溶き卵を回し入れ、全体に火が入ったら最後にお酢を加える。
- ⑤器に盛り付け、水菜を添えて出来上がり。

## 料理特徴

ピリ辛な味の特徴を活かし、お酢を加えて酸辣湯に仕上げました。適度な辛味と酸味が心地よい一品です。

# 旨辛雑炊



## 料理特徴

時間がないときにもパッと作れる1品です。旨味と辛味が後引く美味しさで、ついつい食べ進めてしまうこと間違いなし。冷蔵庫の余り食材を入れてもOK！

## 材料 1人分

材料名	使用量	材料名	使用量
ご飯	150g		
溶き卵	1個分		
旨辛肉汁うどんつゆ	1袋		
水	300ml		
万能ねぎ(小口切り)	適量		
刻みのり	適量		

## 作り方

- ①鍋に旨辛肉汁うどんつゆと水を入れて火にかけ、沸いたらご飯を加えて3分ほど煮る。
- ②溶き卵を回しかけて火を通し、万能ねぎと刻みのりを散らして出来上がり。

# 旨辛鍋



## 料理特徴

「今日のご飯作るの面倒くさい！でも栄養バランスは気になる…」という日でも、これなら簡単に美味しくたんぱく質や野菜が摂れます。シメはご飯でも麺でも、お好みのものを。

## 材料 1人分

材料名	使用量	材料名	使用量
豚バラ肉(薄切り)	40g		
白菜	100g		
絹ごし豆腐	100g		
長ねぎ	1/4本		
えのきだけ	1/4株		
ニラ	1/4束		
人参	1/8本		
旨辛肉汁うどんつゆ	1/2袋		
水	150ml		

## 作り方

- ①豚バラ肉と白菜は食べやすい大きさに切る。絹ごし豆腐は水気を切り、2cm角に切る。長ねぎは斜め切りにし、えのきだけは石突を落として半分に切る。ニラは6cm幅のざく切りにし、人参は輪切りにする。
- ②鍋に①・旨辛肉汁うどんつゆ・水を入れて火にかけ、具材に火が通ったら出来上がり。

# 旨辛肉汁うどん

使用商品 麺でおいしい食卓 旨辛肉汁うどんつゆ



調理時間  
(目安) 10分

## 料理特徴

旨辛肉汁うどんつゆが電子レンジ調理も可能です。1食使い切りの小袋で、お鍋で作るより手軽に作れます。

## 材料 1 人分

材料名	使用量	材料名	使用量
うどん	1玉		
<つけつゆ>			
旨辛肉汁うどんつゆ	1袋		
水	150ml		
豚バラ肉(一口大)	40g		
長ネギ(斜め切り)	20g		

## 作り方

- ①耐熱の器に<つけつゆ>の食材を入れて全体を軽く混ぜる。ふんわりとラップをかけ電子レンジで加熱する。
- ②うどんは茹でて冷水でよく冷やし、水を切って器に盛り出来上がり。

※加熱時間は、500W:4分半、600W:3分半、700W:3分を目安にしてください。電子レンジの機種や耐熱容器の種類、食材の状態により加熱具合に誤差が生じます。様子を確認しながら食材に完全に火が通るまで、必要に応じて加熱時間を調整してください。

# 旨辛肉汁かけうどん



## 材料 2人分

材料名	使用量	材料名	使用量
うどん	2玉		
<かけつゆ>			
旨辛肉汁うどんつゆ	1袋		
水	400ml		
豚バラ肉(薄切り)	70g		
長ねぎ(小口切り)	適量		
柚子皮	適量		

## 作り方

- ①うどんは茹でて湯切りし、器に盛る。
- ②鍋に旨辛肉汁うどんつゆと水を入れ、沸いたら豚バラ肉を加えて火を通す。
- ③①に②を注ぎ、長ねぎと柚子皮を乗せて出来上がり。

## 料理特徴

「旨辛肉汁うどんつゆ」はかけうどんとしてもお召し上がりいただけます。柚子皮の爽やかな香りとの相性が抜群です。