

うどんで作ろう

「お好み焼き」

うどんをのせるんじやなくて

うどんを お好み焼きのものにしちゃう

(材料は1人分)

- A. 冷凍うどん 1玉
- B. 卵 1コ
- C. キャベツ 葉っぱ 1枚程度
30gくらい
- D. ピザ用のとけるチーズ 20g
- E. サラダ油
- F. お好み焼きソース
- H. マヨネーズ(お好みで)

(作り方)

- ① 冷凍うどんはパッケージの指示の通りにレンジで加熱して下準備
- ② キャベツは5mmくらいの厚さに斜めに切る
- ③ 大き目のボウル用意
(たからたらどんぶり)
- ④ 卵1コをわけて全部入れる
- ⑤ しゃばしで20秒かき混ぜる
- ⑥ うどんを入れる
- ⑦ 10回かき混ぜる
- ⑧ キャベツを入れる
- ⑨ 10回かき混ぜる
- ⑩ ピザ用チーズを全部入れる
- ⑪ 10回かき混ぜる。



トッピングして下準備

- ⑫ フライパン用意
- ⑬ サラダ油 大さじ1 入れる
- ⑭ 中火にかける
- ⑮ 20秒待つ
- ⑯ ⑪を全部流しこむ
- ⑰ 20秒待つ
- ⑱ ひっくりかえす
- ⑲ フライ返し用意
- ⑳ 押さつけながら1分焼く
- ㉑ ひっくり返す
- ㉒ 押さつけながら1分焼く
- ㉓ 火を強火にする
- ㉔ 30秒焼く
- ㉕ ひっくり返す
- ㉖ 30秒焼く
- ㉗ 火をとめる

ソース、マヨネーズをかけて
でき上り ♀