

煮込みうどん（うちいれ）

- 伝承料理のいわれ
寒い日やご飯が足りない時に作ります。

< 材 料 > 5人分

(うどん)

小麦粉 500g

塩 20g

水 200～220cc

(汁)

冬野菜（だいこん、はくさい、ごぼう等） 適宜

きのこ

サラダ油 大さじ3杯

水 2ℓ

味噌 大さじ3杯

しょうゆ 大さじ3杯

< 作り方 >

- 1 小麦粉に塩を混ぜ、水を加えをよくこねる（弾力がある位に）
- 2 丸く固め、めん棒でうすくのぼし、うどん生地をめん棒に巻きつけて、めん棒に対して包丁を入れる。
- 3 二つに折り、1. 5cm位の幅に切り、うどんを作る。
- 4 鍋にサラダ油を熱し、だいこん、はくさい等の冬野菜、きのこをざく切りし炒め、水を加え、野菜がやわらかくなるまで煮る。うどんを加えて煮込み、味噌、しょうゆで味付ける。好みで味を整える。

