



小学校4・5・6年向き

# 冷やしうどん

【材料】	1人分	4人分
冷凍うどん	1食分	4食分
きゅうり	1/4本	1本
乾燥わかめ	小さじ1/2	小さじ2
かまぼこ	1/4本	1本
天かす	適量	適量
麺つゆ	適量	適量
水	適量	適量

## 【作り方】

1. 冷凍うどんをレンジで温めて、冷たい水でしめる。
2. きゅうり、かまぼこをせん切りにする。
3. 乾燥わかめを水で戻す。
4. 水でしめておいたうどんをお皿に盛り、その上に具材をのせる。
5. 麺つゆ、冷水をお好みの量でかけ、その上に天かすをのせる。

## ワンポイントアドバイス

少しずつ暑くなっているので、さらにおろししょうがをのせると、食欲が増します。

