

100kcal マイサイズ

アレンジレシピ

豆乳ごま担々つけうどん

1人前

352kcal

食塩相当量: 2.5g

調理例



材料

マイサイズ ごま担々の素	1箱
うどん(ゆでたもの)	180g
豆乳	40ml
ラー油・ねぎ	お好みで

作り方

- ゆでたうどんは洗って水気を切り、器に盛る。
- マイサイズごま担々の素をレンジ加熱し(目安:50秒)、つけだれ用の器にうつし豆乳と混ぜる。
- ②にお好みでラー油をかけ、ねぎをトッピングする。

※調理時間は電子レンジ500Wの場合。