



地域に根ざす 郷土料理

～大豆入りだし汁うどん～

大豆としいたけ、こんぶでだしをとり、具材はだしをとった材料をそのまま使ったシンプルなうどんです。新和では、法事など大勢が集まった時にふるまわれています。あっさりとした味で、つるつると何倍でも食べることができます。

皆さん、ぜひご賞味ください。



★ 材料（約4人分）

大豆	0.5合
だしこんぶ	10g
干しいたけ	10g
うどん（乾めん）	200g
小ネギ	2本
薄口しょうゆ	大きじ2
みりん	大きじ1

★ 作り方

1. 大豆は一晩水につける。
2. だしこんぶは3cm角に切り、干しいたけは戻して大きいものは2～4つに切る。戻し汁は取っておく。
3. 大豆はつけ汁ごと、②を加えて火にかけ、沸騰したら弱火にして大豆がやわらかくなるまで煮る。煮詰まったときは水を足し、ゆで汁（だし汁）の量が1,000ccになるようにする。
4. ③を薄口しょうゆとみりんで調味する。
5. うどんをゆで、おわんにつぎ分ける。熱い④を注ぎ、小口切りにした小ネギを散らす。

提供：市食生活改善推進員協議会

