

ツナめ茸で簡単！和風サラダうどん



【材 料】（1人分）

うどん（乾麺）	1束（90g）
ツナ缶	1/2缶（35g）
なめ茸	大さじ1
レタス	1～2枚程度
卵	1個
ミニトマト	1～2個
麺つゆ（2倍濃縮）	小さじ4
マヨネーズ	小さじ2
かつお節	小1袋程度
きざみのり	お好み量

【作り方】

- ① 鍋にお水を入れ、**【麺茹でモード】**を選択し、袋に記載の時間を設定して点火します。
- ② フライパンに油（分量外）を薄く敷き、温度設定で**【140℃/タイマー1分】**に設定して点火します。ボウルに**卵**を割りほぐします。
- ③ 設定温度になったら、**卵**を流し入れて薄く広げます。残り30秒でひっくり返し、片面30秒ずつ焼きます。焼きあがったら、まな板の上であら熱を取ります。
- ④ ①の鍋が沸騰したら、**うどん**を入れタイマーボタンを押して、麺を茹でます。
- ⑤ **③の薄焼き卵**を細切りにして、錦糸卵にします。
ミニトマトは2～4等分に切ります。
レタスは適当な大きさにちぎります。
ツナ缶と**なめ茸**を合わせて軽く混ぜます。
- ⑥ **マヨネーズ**と**麺つゆ**を合わせてしっかり混ぜます。
- ⑦ 茹で上がった**麺**を冷水で冷やしたら、しっかりと水を切って**⑥**と**かつお節**を絡めます。
※かつお節は仕上げにかける分を少しとっておきます。
- ⑧ 器に**⑦の麺**を盛り、上に**錦糸卵**を広げてのせ、さらに**レタス・トマト・ツナめ茸**をのせて、お好みで**かつお節・きざみのり**をかけたら完成です。