

みそ冷やし蕎麦



<材料>

信州蕎麦（乾麺）200g 長ねぎ50g 大葉5枚 大根100g 白いらごま適量

◀調味料A▶

濃いめの出し汁250cc 上高地みそ50g
しょうゆ大さじ1 みりん大さじ1 砂糖小さじ2

【作り方】

- ① 小なべに調味料Aを入れて中火にかけ、調味料を溶かして冷ます。
- ② 長ねぎは小口切りにする。
- ③ 大葉は細切りにする。
- ④ 大根はすりおろしてざるにあけ、自然に水きりする。
- ⑤ 器に①のみそソースを流し、ゆでた蕎麦をよく水きりして盛る。
- ⑥ ⑤に大根おろし、長ねぎ、大葉、白いらごまをかざる。

乾麺のゆで方

- ① バットに乾麺と水を入れて2分間つける。
- ② なべに、麺の10倍の水を沸騰させて①の麺を入れ、箸でゆっくりかきまわす。
- ③ 吹きこぼれない程度の火加減にし、好みの固さにゆでる（約5分）。
- ④ ③をざるにあけて冷水でよく冷やしてから2～3回もみ洗いし、麺のぬめりをとる。