

冷やし豆乳そうめん



abagi

材料 (二人前)

そうめん	180g
A豆乳	400ml
A鶏がらスープの素	大さじ1
Aすり白ごま	大さじ1
ささみ	4本
青ねぎ (小口切り)	大さじ4
ラー油	少々

作り方

- 1、Aを混ぜ合わせる。
- 2、ささみを耐熱皿に並べ、水(分量外:大さじ1)をかける。
ふんわりとラップをかぶせ、600Wのレンジで3分程加熱し、粗熱が取れたらささみを細かくさく。
- 3、鍋に湯を沸かし、そうめんをパッケージに記載してある時間を参考に好みの硬さに茹でて、ザルに上げて流水で複数回ぬめりを取り、冷水で締める。
- 4、器に水気を切ったそうめん、ささみを盛り付ける。
1を回しかけ、青ねぎ、ラー油を入れて、完成。