

意外と簡単韓国の味！ 冷凍うどんの豆乳辛味ビビン麺風

材料（1人分）

冷凍うどん 1玉（200g）
きゅうり 1／2本
ハム 3枚（40g）
キムチ 50g

A ケチャップ 大さじ2
味噌 小さじ2
ごま油 小さじ1

無調整豆乳 1／2カップ
ラー油 お好みで

所要時間
10
min



ケチャップと味噌の辛味噌風のタレで
いただくコリアンヌードル。
お好みの夏野菜とキムチのトッピングで、
手軽でさっぱりとした韓国料理が
楽しめます。

小田真規子の
即席ごちそう
レシピ

第17回

- 1 きゅうりは5mm厚さの斜め薄切りにしてから細切りにし、ハムも同じくらいの細切りにする。
- 2 鍋に水を4カップ入れて沸騰させる。冷凍うどんを入れてゆで、冷水にとってよくぬめりを取ったら、ざるに上げてしっかりと水気を切る。
- 3 うどんを盛りつけ、①とキムチをのせ、Aを混ぜてかけ、豆乳を注ぐ。お好みでラー油をふりかけ、混ぜながらいただく。



おだ まきこ 料理研究家。スタジオナッツ主宰。美味しく、わかりやすく、長くつくり続けられる料理をモットーに、メニュー提案、レシピ制作に努める。著書は100冊を超える。

写真＝黄 明香（クラッカースタジオ）