

# 冷やし鶏うどん

6月の人気メニューは、冷やし鶏うどんです。  
 最近暑い日が続いてなんとなく食欲がない…。  
 そんな時はつるつと食べられる冷やし鶏うどんはいかがですか？  
 お酢の入った少し甘めのタレでさっぱり食べられます。  
 お野菜たっぷりで見たい目もカラフル♡子ども達もお野菜をモリモリ食べてくれました♪



## 材料 4人分(子供8人分)

|        |         |     |        |
|--------|---------|-----|--------|
| (干)うどん | …… 320g | 醤油  | …… 32g |
| 鶏もも肉   | …… 240g | 酢   | …… 32g |
| きゅうり   | …… 160g | ごま油 | …… 12g |
| コーン缶   | …… 80g  | 砂糖  | …… 16g |
| トマト    | …… 80g  | みりん | …… 24g |
| 人参     | …… 40g  | だし汁 | …… 40g |

## 作り方

1. うどんは茹でて流水で洗い、器に盛りつけます。
2. 肉、人参は食べやすい大きさに切り、茹でるまたは電子レンジで加熱し冷まします。  
きゅうり、トマトは食べやすい大きさに切ります。
3. 1に2の具とコーンをのせ、煮立て冷ました調味料をかけて下さい。

