

豆乳がまろやか♪あごだしのカルボうどん(1人前約630kcal)



<材料(1人前)>

- うどん……1人分
- 豆乳……150cc
- 白菜……200g
- 卵……2個
- チーズ……スプーン1杯分
- 粗引き胡椒……お好みで
- [だし取り職人](#)……1袋

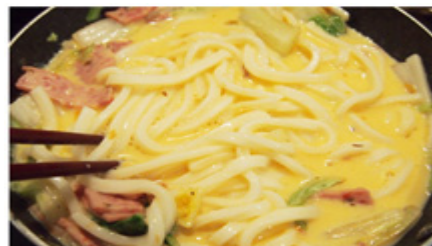
<使用した商品>



【1】卵2個と豆乳150cc、スプーン1杯分の粉チーズ、「[だし取り職人](#)」1袋の半分を加えてよく混ぜ、ソースを作ります。



【2】白菜とベーコンを食べやすい大きさにカットし、フライパンで炒めます。白菜がしなってきたら「[だし取り職人](#)」の残りの半分を入れ、しっかり混ぜながら30秒ほどさらに炒めます。



【3】うどん・最初に作ったソース・粗引き胡椒を加えます。3分ほどしっかり混ぜたあと、1分ほど茹でて完成です。