


## ■これが定番・瓦そば

材 料 (4人分)	茶そば(乾麺) 4束 (240~300g) 卵 3個 ねぎ 適宜(約40g) 牛肉 200g 砂糖、醤油 各大さじ1 刻み海苔 適宜 もみじおろし 適宜 レモン スライス4枚 つゆ 適宜	
作 り 方	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 卵は錦糸卵にする。ねぎは小口切りにする。牛肉は1~2cmに切って、油を敷いたフライパンで炒め、砂糖、醤油で味をつける。</li><li>2. 茶そばは表示より少し短めの時間茹でる。フライパンに油を熱し、そばを炒める。</li><li>3. 熱した瓦に茶そばを盛り、上に①の卵、ねぎ、牛肉と刻み海苔を盛りつける。レモンスライスにもみじおろしを盛って乗せる。温めたつゆにつけて頂く。</li></ol>	

### メモ

アツアツの瓦に乗せられた、パリパリの麺とたっぷりの具材。これに甘めのつゆをからめて頂きます。食べ進めると3通りの食べ方を楽しめる、彩り豊かでおなかも心も満足の一品です。