

Гурилтай шөл (グリルタイ シュル)
肉入りうどん



材料 (4人分)

牛肉	300gr
玉ネギ	中 1 個
ジャガイモ	4 個
キャベツ	1/4 個
人参	1 本
塩	適量
小麦粉 (強力粉)	300g
ぬるま湯	適量
青ネギ (薬味用)	2 本

作り方

- ① 小麦粉をぬるま湯で、こねます。20分ほど寝かせます。
☆ 寝かせた麺は、麺棒で大きく伸ばしておきます。③のスープが出来る少し前に細く切っておきます。
- ② 肉と玉ネギ、キャベツ、人参、ジャガイモを一口サイズに切ります。
- ③ 鍋にサラダ油を少々入れ温めます。②の材料を玉ネギ、肉、人参、ジャガイモ、キャベツといった順に入れて少し炒めます。後から 1 リットルの水を入れ煮込みます。ジャガイモが柔らかくなってきたら、麺を入れて火が通るまで煮込んで出来上がります。
- ④ 青ネギをみじん切りにし、どんぶりに入れたうどんの上から少し散らして食べます。苦手だったら入れなくても構いません。