

「もったいないレシピ」

で食品をつかいきろう！

あまった
お茶漬けの素と
そうめんを活用！



簡単＆美味しい！

お茶漬けにゆうめん



材料(1人分)

お茶漬けの素	2袋
そうめん	1束 (50g)
卵	1個
水	400ml
長ねぎ(青い所)	20g



うどんや蕎麦でも
美味しいよ
お好みの野菜も
プラスしてみて！

つくりかた

1. そうめんを茹で、水で洗う
2. ねぎは粗みじん切りにし、卵は溶きほぐす
3. 鍋に水を入れて火にかけ、ねぎ、お茶漬けの素を入れる
4. 3に1と溶き卵をまわし入れる



できあがり！

