

イタリア風サラダうどん



材 料 (3 ~ 4人分)

細うどん(1袋), トマト(中1個), きゅうり(1本), 生食用ホタテ(刺身用でもOK),
ソース(市販のイタリアンドレッシング(大さじ6), 醤油(小さじ1), マヨネーズ(小さじ2), 粒マスタード
(大さじ1))

作り方

熱湯が入った鍋で細うどんを10分ゆでる。

麺を茹でている間にきゅうり, トマトを一口大に切り, ソースの材料をボールで混ぜる。

麺が茹で上がったら, ザルにあけて冷水でしめて, 水気を切る。

ソースの入ったボールの中にうどん, トマト, きゅうり, ホタテを入れてあえる。

皿に盛り付けて出来上がり。

(写真は小皿に盛り付けたものです)

ワンポイントメモ

「細うどん」の代わりに「ひやむぎ」もおススメ。

お食事のメインとして頂いても, 前菜に頂いても良いかと思えます。

ホタテが余ったら, 上記のソースをかけて召し上がるとカルパッチョ風になり, お酒のおつまみなどになります。