

福岡駐屯地ご当地グルメ

「ごぼう天うどん」

～ 福岡ソウルフード「ごぼう天うどん」～
アレンジレシピ

PRポイント

福岡のうどん屋では定番の「ごぼう天うどん」
最初にごぼう天の**カリカリ**食感を味わった後、
だし汁のきいたスープに染み込ませて食べると
Wで美味しい一品です♪

栄養ポイント

食物繊維たっぷりのごぼう天です！

材料 1人分

うどん	1玉	かまぼこ	20g
だしの素	1g	葱	15g
あごだしパック	1袋	ごぼう	20g
干しいたけ	0.5g	天ぷら粉	10g
だし昆布	1枚	サラダ油	適量
薄口醤油	18g		
みりん	5g		

ごぼう天うどんレシピ



作り方

- 1 あごだしパックとだし昆布でだし汁をとり、
その他の調味料でスープをつくる
- 2 ごぼうはささがき、又は薄切りにし、天ぷら
粉をつけてかき揚げにする
- 3 うどんを茹で、スープを注ぎ、ごぼう天をの
せる
- 4 かまぼこと葱をトッピングしてできあがり