秋田駐屯地(ご当地グルメ)

「稲庭うどん」

～ ツヤツヤ、なめらかな舌触り～
秋田県の郷土料理

PRポイント

日本3大うどんに数えられる「稲庭うどん」は
つるつるシコシコした麺で、温、冷どちらでも
美味しく食べることができます。
江戸時代から殿様に献上され、長い間、門外不出
であったに製造技術により作られた極上のうどん
をご堪能ください。

栄養ポイント

寒い季節は身体を温め、暑い季節は清涼感を与
える一品です。

材料　1人分(自衛隊員の分量です)

稲庭うどん(乾麺)	100g		
だし昆布	0.5g	だしの素	0.2g
醤油	15g	みりん	3g
味の素	0.1g	麺つゆ	15g
なめこ水煮	40g	長ねぎ	20g
かまぼこ	10g	刻みのり	1g

稲庭うどんレシピ

作り方

1　鍋に水と切り込みを入れた昆布を入れ出汁
　を作る。
2　醤油、みりん、麺つゆ、味の素、だしの素
　で味をととのえる。
3　稲庭うどん(乾麺)をゆで、冷たい水でし
　める。
4　丼にお湯でほぐした稲庭うどんを盛り、2
　をかけ、なめこ、かまぼこ、ねぎ、刻みのり
　をのせて完成

♠稲庭うどんは、スーパーやアンテナショップ
の他、東北の道の駅、高速道路のSA等で乾麺
が販売されています。