

善通寺駐屯地ご当地グルメ

「乃木うどん」

～ ご当地グルメ「乃木うどん」～アレンジレシピ

PRポイント

旧陸軍初代第11師団長の乃木将軍が、兵食として料理担当将校に命じてつくらせたうどんです。2009年、駐屯地給食として約1世紀ぶりに再現し、讃岐うどんの激戦地で舌の肥えた隊員にも好評です。

栄養ポイント

乃木うどんの特徴は「生姜が効いた少し甘めの鶏肉と餅」。生姜は体を温め、新陳代謝の促進、そして食欲増進効果があり、栄養価の高い鶏肉と、エネルギーを生み出し、腹持ちの高い餅で、パワー増強です。

材料 1人分(自衛隊員の分量です)

うどん	1玉	}	(A)
もち	2個		
・鶏ももぶつ切り	60g		
濃口醤油	4g		
三温糖	3g		
料理酒	1g	}	(B)
生姜(線切、又はスライス)	4g		
・淡口醤油	13g		
だしパックいりこ	4g		
かつお顆粒だし	1g		
みりん	8g		
紅白蒲鉾(スライス)	15g		
白葱(小口)・生姜(おろし)	適量		

乃木うどんレシピ



作り方

- 1 鶏肉の生姜煮を作る。①
生姜を下ろさずに形を残す。
- 2 うどんダシをつくる。② 要保温
出来上がり300cc、塩分1.2%
- 3 餅は焼き目をつけない
(電子レンジで少し柔らかくする。又はアルミホイル等にくるんでオーブントースターで)
- 4 うどんを茹で、しっかり湯きりして器に盛る。
- 5 うどんの上に、もち、味付けした鶏、生姜、白葱、蒲鉾をのせ、最後に熱々のダシをかける。

★コツ・ポイント

鶏肉は生姜を効かせ少し甘く味付けする。盛り付け時、煮汁を少し入れるとこくがてておいしい。