

# カルボナーラうどん

レシピ動画



使用器具; 耐熱容器

(シリコンスチーマ、タッパーなど) →



材料 (1人前); ゆでうどん (玉

たまご 1個

牛乳 (100ml

コンソメ 2g

パルメザンチーズ 大さじ(杯

塩こしょう 適量

所要時間

15分

作り方; 1) 耐熱容器に、うどんを入れ、麺が浸るまで水を入れる。

2) フタをして、電子レンジ(500W)で7~8分温める。

ラップでも  
OK!

3) お湯を捨て、牛乳(100ml)、コンソメ2gを入れる。

4) フタ(ラップ)をして、電子レンジで3分温める。

5) 全体をよく混ぜ、コンソメが均一になるようにする。

6) 塩こしょうで味を整え、たまごを割り、チーズをかけて、できあがり!

相模女子大学  
実習生