

みんなで
ワイワイ★

特撰成吉思汗の たれレシピ



外で飲むビールが美味しい季節がやってきましたね!

そんな季節は、外で食べる成吉思汗もとっても美味しいんです。

鉄板でじゅーっと美味しそうに焼けるラム肉には、特撰成吉思汗のたれがぴったり♪
今回は成吉思汗を食べているときに、鉄板の上で一緒に作れちゃうレシピを紹介します。

● 焼きうどん



<材料2~3人分>

ゆでうどん…2玉	なす…1/2個
ラム肉…150g	特撰成吉思汗のたれ …大さじ5杯
にんじん…1/4本	コショウ…お好みで。
キャベツ…1/4個	水または酒…適量
エリンギ…1本	

☆成吉思汗に使っている肉、野菜なら何でもOKです!

具材の量によってタレを調節してください。

☆フライパンでも美味しく作ることができますよ。

<作り方>

- 1.肉、キャベツの芯、にんじん、エリンギ、残りのキャベツの順に炒めます。
- 2.キャベツがしんなりしてきたらうどんを入れ、水または酒でほぐし、炒めながら他の具材と合わせます。
- 3.特撰成吉思汗のたれとコショウ(お好みでどうぞ)を入れ、全体にいき渡るように混ぜながら炒め、うどんに焼き色がついたら出来上がりです。

● 焼きおにぎり

<材料3個分>

ごはん…茶碗に軽く3杯
特撰成吉思汗のたれ…適量
油…適量
※お好みでチーズなどを中に入れても美味しい♪

☆フライパンやオーブントースターでも
美味しく作ることができます。

<作り方>

- 1.おにぎりを作ります。
- 2.鉄板に油を薄く引き、おにぎりを置きます。
- 3.たれを皿に入れ、ハケ(またはスプーンの裏側)でおにぎりの上面に塗ります。
- 4.下面にもひっくり返して塗ります。
- 5.何度も3と4を繰り返し、焦げ目が少しついたら出来上がりです。

