

豆乳そうめん ゆず味

豆乳のまろやかさにゆず風味のごまでコクをプラス♪

*エネルギーは1人分の値です



調理時間 約15分

カロリー 654kcal

できあがり 2人分

材料

トマト	1個
きゅうり	1/2本
万能ねぎ（小口切り）	適量
そうめん	4束（200g）

<A>

無添加サラダ仕立てゆず 大さじ4～味

無調整豆乳 600ml

白だし（ストレート） 大さじ2

作り方

- ① <A>を混ぜ合わせ、冷蔵庫で冷やす。
- ② トマトはくし形に切り、きゅうりは細切りにする。
- ③ たっぷりの湯で、そうめんを茹でて流水でよく洗い、氷水で冷やす。
- ④ 器にそうめんを盛り、②をのせ、①の豆乳だれをかけ、万能ねぎを散らす。
- ⑤ お好みでゆず味をかける。（分量外）