

つゆの愉しみ

麺はシンプルな食べ物。つゆひとつでいろいろな味が愉しめます。

ここではベーシックなつゆを3つ紹介します。



基本のつゆ

つゆは、お好みで昆布だし・鰹だし・いりこだしをベースにしょうゆ・酒・みりんで味を整えます。



中華だれ

みそ小さじ1、豆板醤小さじ1、鶏ガラスープ1.5カップ、酢大さじ6、ラー油小さじ1/2、おろしニンニク少々



ごまだれ

スリゴマ大さじ4、練りゴマ大さじ2、ポン酢大さじ2、そうめんつゆ1カップ、砂糖小さじ1/2