



学校給食レシピ



打ち込み汁

香川県の郷土料理のひとつです。打ちたてのうどんを別ゆでせずそのまま入れる様子から「打ち込み汁」と名づけられたとされています。

材料（4人分）

・生うどん	50g
・さといも	50g
・ごぼう	1/4本
・大根	1/10本
・金時にんじん	小1/4本
・葉ねぎ	15g
・白みそ	大さじ1
・中みそ	大さじ1
・だし煮干し	12g
・だし昆布	8g
・水	600ml

作り方

- ① 鍋に煮干しと昆布でだしをとる。
- ② 材料を切る。
さといも…2cm角切り　ごぼう…ささがき
大根・金時にんじん…いちょう切り
葉ねぎ…小口切り
- ③ ①のだしにさといも、ごぼう、大根、金時にんじんを加えて煮る。
- ④ 生うどんを粉の付いた状態で③に加え、やわらかくなるまで煮る。（生うどんの粉が多い場合は軽く除く。）
- ⑤ 白みそ、中みそを加えて調味する。
- ⑥ 仕上げに葉ねぎを入れて完成。