

①料理名(タイトル)

ミルクチーズ野菜つけ麺～カレー風味～

②材料(1人前)

材料	分量(g、ml)	食材の特徴、江別とのかかわりなどがあれば記載してください
江別小麦めん	120g	
ブロッコリー	18g	
じゃがいも	40g	
玉ねぎ	1/4個	
カレー粉	大さじ0.5	
牛乳	150ml	酪農学園大学の牛乳使用 300mlで98円！！
水	50ml	
有塩バター	5g	
コンソメキューブ	0.8個	
みそしょうゆ	少々	
ピザ用チーズ	30g	

③作り方

- 1 野菜を一口サイズ(玉ねぎは薄切り)に切る
- 2 鍋にバターを入れて、中火で野菜を炒める
- 3 カレー粉を加えて炒め、お水をいれる。その後にコンソメを加える
- 4 中火→弱火にして10分くらい煮込む
- 5 牛乳・みそ・しょうゆを加えて煮る
- 6 いい感じになったらチーズをいれる
- 7 麺を2分茹でたら完成

④完成写真(盛り付け図)



⑤レシピのポイント

酪農学園大学の牛乳と江別産の野菜を使って野菜も取れて、
これで栄養満点！

