



うどんがゆ

材料

うどん	15g	大根ペースト	5g
白身魚ペースト	10g	だし汁	30g
じゃがいもペースト	5g		
かぼちゃペースト	5g		
小松菜ペースト	5g		

作り方

- 1 うどんを細かく刻む。
- 2 食材をすべて容器に入れ、電子レンジ500Wで30秒～1分加熱し、一度混ぜてから約30秒十分熱くなるまで加熱する。