



知る人ぞ知る高槻名物「うどんぎょうざ」は、
高2の給食週間で食べましたね！
大阪高槻で作られている料理を給食にアレンジしました。

みんなでホットプレートを囲んでワイワイと焼きましょ！

ひと口大の大きさに
すると食べやすいよ♥ →



		き かつ じゆんび 切り方・準備	つく かつ 作り方
うどん	70	1cmに切る	①うどん、にら、白菜を長さ1cmくらいに切る。 ②しょうが、にんにくはすりおろす。 ③大きなボールにうどん、肉、野菜、卵、片栗粉、 ごま、ごま油、三温糖、しょうゆ、酒、塩、全部の 材料を入れてよく混ぜる。 ④ホットプレートにごま油(分量外)をたらし、 適度に熱して③を流し入れて焼く。 ⑤焼いている間につけだれをつくる。 しょうゆ+酢+ごま油+ラー油を混ぜる。 ⑥かくし味に濃口しょうゆをいれ、味を整える。 ⑦きつね色に香ばしく焼けたら熱いうちにつけだれ をつけながら食べるとおいしいですよ！ ★1つの分量は、ひと口大くらいの大きさが食べや すいですよ。 ★「高槻うどんぎょうざ」は、「うどん+卵+にら」を 基本に好きなものを入れて焼きましょ。 (葱などもいいですね)
ぶたひきにく 豚挽肉	50		
しょうが	0.5	すりおろす	
にんにく	0.5	すりおろす	
たまごはんこ 卵(半個)	25	溶いておく	
にら	40	粗みじん	
はくさい 白菜	20	粗みじん	
かたくりこ 片栗粉	10		
しろ 白ごま	1	煎る	
あぶら ごま油	2		
さんおんとう 三温糖	1		
こいくち 濃口しょうゆ	1		
さけ 酒	2		
しお 塩	0.3		
つけだれ	こいくち 濃口しょうゆ	6	
	す 酢	6	
	ごま油	4	
	ゆ ラー油	少々	