



おまかせIH

ゆで卵

火力の目安
1〜2個

便利メニュー

麺ゆで

火力の目安
中

材料（2人分）

うどん(乾麺)	200g
水	2L
卵（Mサイズ 約60g/個）	2個
なす(へたを取り、縦半分に切り、縦に切り目を入れる)	2本
トマト(くし切り)	1個

A めんつゆ(2倍希釈)	200mL
水	200mL
ごま油	大さじ1
砂糖	大さじ1

④を合わせておく

豚ロース肉(しゃぶしゃぶ用)	200g
サラダ油	適量

B みょうが(せん切り)	適量
青じそ(せん切り)	適量
白ごま	適量

作り方

- 鍋に水1.0L以上を入れ、卵に水がかぶるぐらいに調節する。(水1.0L未満にはしない)
- 卵を冷蔵庫から出し、すぐに卵を鍋に入れる。
- 「おまかせIH」「ゆで卵」「1〜2個」を選び、加熱時間を設定して「スタート」ボタンを押す。(調理時間は半熟を目安にする)
- 加熱後、冷水で冷やし、殻をむき横半分に切る。
- フライパンをIHヒーターの中央に置き、サラダ油を入れ、「中火」で加熱し、豚肉をのせて焼き取り出す。
- フライパンになすを入れ、両面に焼き色を付け、**A**を入れたボウルになすを取り出し、トマトを加えて味を染みこませる。
- 鍋に水を入れ、「強火」で加熱し、沸とうしたら、うどんを入れ、ときどきかき混ぜながら「麺ゆで」「中」でゆでる。(ゆで時間はうどんの袋に記載されている時間)
- 7**を流水で洗いながら冷やして水けをよくきる。
- 器に**8**を盛りつけ、**4**、**5**、**6**のなす、トマトをのせ、**A**をかけ、**B**を散らす。



- 卵は冷蔵庫から出してすぐのものを使うと毎回一定の温度になり、仕上がりが安定しやすくなります。
- ゆでる前に、少量の塩を水に入れるとひび割れを抑えます。
- 加熱中に卵を菜箸などで、ゆっくり転がすと黄身の偏りが抑えられます。
- ゆであがった卵を冷水などですぐに冷やすと、殻が剥きやすくなります。
- 時間は目安です。卵の大きさやお使いの鍋の種類などにより、仕上がりが変わる場合があるため、お好みに応じて時間を調整してください。