

No.13 「深煎りごまドレッシング」で簡単サラダうどん

-1- 幅広い汎用性が人気の理由

「深煎りごまドレッシング」は、すりたてごまの風味と豊かな香りが特徴で、発売から20年のロングセラー商品です。サラダにかける以外に、さまざまな料理にお使いいただいていることも人気の理由です。

暑くなってくるこれからの季節にぴったりな、冷たいサラダうどんの新しいレシピを紹介します。野菜をたっぷり使って、栄養バランスの良いサラダうどんを作ってみませんか。



ツナと半熟たまごのサラダうどん
(めんつゆ+ツナ缶+スプラウト使用)

<https://www.kewpie.co.jp/recipes/recipe/OP10005761/>

広がる自由。

20TH

深煎りごまドレッシング



-3- 冷凍うどんを使って時短

冷凍うどんをストックしているご家庭は多いのではないのでしょうか。最近ではコンビニでも手軽に買えるようになりました。冷凍うどんは、電子レンジでも調理ができるので、暑い夏にお湯を沸かしてゆでる必要がなく便利です。

具材に、さば缶やツナ缶、サラダチキンなどのたんぱく質、パッケージサラダやスプラウトなどの野菜を活用すればさらに時短になります。彩りも栄養バランスも良い、サラダうどんが簡単にできあがります。



パッケージサラダを使うと彩りも良く、野菜も取れ、時短になりおすすめです！



さば缶とスプラウトのサラダうどん
(おろししょうが+さば缶+スプラウト使用)

<https://www.kewpie.co.jp/recipes/recipe/QP10005802/>

-2- めんつゆやチューブ調味料で簡単アレンジも

「深煎りごまドレッシング」に市販のめんつゆ[※]や、チューブ調味料(おろししょうがやおろしにんにく)を加えてアレンジができます。

※「深煎りごまドレッシング」と市販のめんつゆ(ストレート)はお好みの割合で調整してください。

メニューに合わせて、お好みの調味料をプラスすることで、新しい味わいを楽しむことができます。ゆずこしょうや山椒、豆板醤などを加えると、大人好みの味になりますのでお試しください。



豚しゃぶとレタスやパプリカのサラダうどん
(めんつゆ+おろしにんにく+パッケージサラダ使用)

<https://www.kewpie.co.jp/recipes/recipe/QP10005800/>

-4- ドレッシングで料理を楽しもう！

キューピーは、「#おうちごはん」を楽しむレシピをSNSなどで発信中です。サラダうどんのほかにも「ドレッシングでレポーターひろがる」「ドレテク」特設サイトを公開しています。「深煎りごまドレッシング」のほかに、「レモンドレッシング」「テイステイドレッシング黒酢たまねぎ」の活用レシピも掲載しています。

マリネや、肉や魚の下味付け、炒め物など、サラダ以外にドレッシングをもっと活用してレポーターの幅を広げていただけたらうれしいです。



「ドレテク」URL：

<https://www.kewpie.co.jp/dressing/dretech/>