

名 称	四季の趣 あんかけ小谷そば
使用する北アルプス山麓ブランド認定品	信州小谷そば（小谷村そば生産組合 事務局 小谷役場内） TEL 82-2588 FAX 82-2232

使用食材・分量（2人分）	調理方法
【あん 夏バージョン】 生そば 160g なす 2本 ピーマン 2ケ パプリカ 1ケ ニンジン 1/3本 ズッキーニ（乾燥） 10g 片栗粉、油 少々 味噌（辛味噌等） 適宜	① 生そばをきつね色になるまで油で揚げる。 ※油に入れてサッと上がってくるくらい、少量少しづつ揚げる。 ② あんかけの具（野菜）をせん切りにして油で炒める。 ③ しんなりしてきたら味噌（辛味噌等）で味付けする。 ④ 水溶き片栗粉でとろみを付ける。 ⑤ 器に揚げたそばを盛り付ける。 ⑥ ⑤の上にあんをかける。 ⑦ 最後にあんの上に季節の食材を装って出来上がり。

【完成写真】

夏バージョン

秋バージョン

