

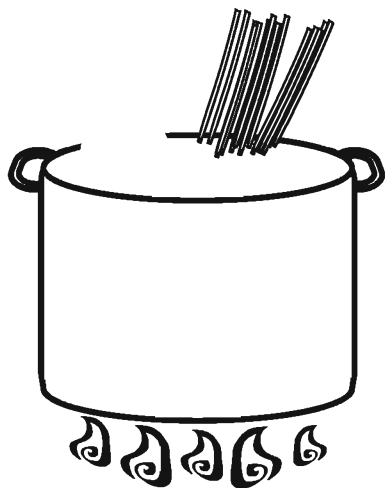
# 「温麵」の由来

今から約400年昔（江戸時代）創始者・鈴木味右衛門が父の胃病を心配し、胃に負担のかからない食料をと年月をかけ苦心の結果、美味しく胃にやさしい麵が出来上がりました。これを父に食べさせたところ日増しに元気になったことが近隣の評判になり、献上を受けた白石城主（殿様）はその温かな孝心をたたえて、温麵と名付けられました。その後、麵づくりに適した白石の風土と相まって、地場特産品として「白石温麵」が現在まで受け継がれ、発展してきました。

創業明治二年 有限会社マツダ麵業本舗

お土産・お食事処 奥州街道 うーめん番所  
〒989-0252 宮城県白石市西益岡町2番3号  
TEL 0224(26)2621(代) FAX 0224(26)2694

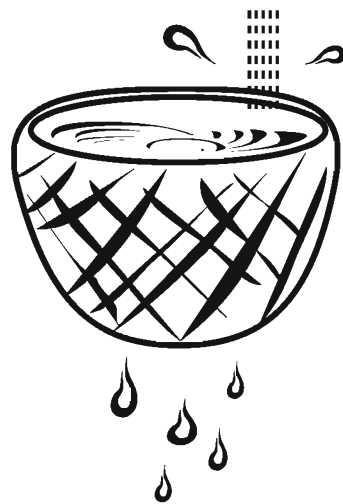
## 乾麵のおいしい茹でかた



**1** 1束を約2～3リットルの沸騰したお湯（多目のほうが麵を入れたときの温度の下がりが少ないです）の中へバラバラと麵を入れ、箸で軽くほぐしながら茹でてください。湯がこぼれそうになったら火を弱め、吹きこぼれない程度で茹でてください。



**2** 太もの（うどんなど）は茹で時間の外にむらすことにより茹で湯が麵にしみ込みふっくらとおいしい麵ができて上がります。



**3** 茹で上がった麵は大量の冷水でさらし麵のぬめりを取ると同時に芯までよく冷やしてください。特に細もの（そうめん、うーめんなど）は手早く大量の水でさらすことが大切です。冷たいほど長持ちします。



**4** 水切りされた麵は早めに盛りつけし、準備されたつけ汁等でお召し上がりください。  
※茹で時間及びむらし時間は、袋などの裏面に表示してある時間を参考にしてください。



## 回 カレーうーめん

▼ 材料（1人分） ▲▼▲▼▲▼▲▼▲▼▲▼▲▼▲▼▲

うーめん	1把	カレー粉	小さじ1
なす	小1個	スープ	1カップ
玉葱	小1/2個		(コンソメ1/2個)
にんにく	小1/2個	白ワイン	20~30cc
トマト	小1/2個	塩	少量
牛ひき肉	50g		
グリーンピース	少量		
バター	大さじ1/2		

- ① うーめんを茹でる。
- ② なすは1cm位のさいの目に切りアク抜きをし水気をふき取る。
- ③ バターで、玉葱、にんにくのみじん切りをよく炒め、トマトのみじん切り、牛ひき肉、②を加えて肉の色が変わるまで炒め、カレー粉にスープ白ワインを加えて煮る。
- ④ トロリとしたら、カレー粉を少々、グリーンピースを加え、塩味をととのえ、①の上にかける。

## 回 うーめんの包み揚げ

▼ 材料（1人分） ▲▼▲▼▲▼▲▼▲▼▲▼▲▼▲▼▲

うーめん	1/4把	塩	少量
春巻きの皮	2枚	こしょう	少量
ひき肉	30g	油	適量
人参	30g		
にら	20g		

- ① うーめんは固めに茹で、サラダ油をまぶしておく。
- ② 人参、にらはみじん切りにし、ひき肉と一緒に炒めて①のうーめんを入れてさらに炒め、塩こしょうで味を調える。
- ③ 春巻きの皮に②を包んで油できつね色に揚げる。

## 回 いがぐり揚げ

▼ 材料（1人分） ▲▼▲▼▲▼▲▼▲▼▲▼▲▼▲▼▲

さつま芋	100g	あげ油	適量
砂糖	10g		
塩	少量		
牛乳	20g		
うーめん	20g		

- ① さつま芋は皮をむいて茹でつぶし、砂糖・塩で味つけ牛乳を混ぜます。
- ② ①を丸くまとめ、荒く砕いたうーめんをつけて油で揚げます。  
(おやつにどうぞ!)

## 回 あんかけ揚げうーめん

▼ 材料（1人分） ▲▼▲▼▲▼▲▼▲▼▲▼▲▼▲▼▲

うーめん	1把	油	大さじ1
鶏肉	30g	みりん	少々
えび	3尾	だし汁	1/3カップ
たけのこ	30g	砂糖	大さじ1
干しいたけ	1枚	塩	小さじ2
玉葱	中1/3個	こしょう	少々
人参	30g	片くり粉	大さじ1
さやえんどう	5個		

- ① うーめんを固めに茹で水気をよくきり、サラダ油で揚げる。
- ② 干しいたけはもどして石づきを取りせん切りにし、さやえんどうは塩を入れた湯で色よく茹でせん切りにする。
- ③ たけのこ、玉葱、人参もせん切りにする。えびはサッと塩茹でする。
- ④ ②と③の材料を油で炒め、だし汁、みりん、砂糖、塩、こしょうで味を調える。
- ⑤ ④に片くり粉の水溶きを入れて、とろみをつけ揚げたうーめんの上にかける。

## 回 サケとしその炒麺 (チャーメン)

### ▼ 材料 (1人分) ▲▼▲▼▲▼▲▼▲▼▲▼▲▼▲▼▲

うーめん …………… 1把      しょうゆ …………… 少量  
生サケ …………… 50g      サラダ油 …… 大さじ1  
(甘塩サケでも可)  
焼きのり …………… 適量  
玉葱 …………… 20g  
しその葉 …………… 2枚  
白ごま …………… 少量  
塩 …………… 小さじ1/2  
※甘塩サケを使った場合は塩を控えめにします。

- ① 大きめの鍋にたっぷりの湯を煮たててうーめんをパラパラとほぐし入れて固めに茹でます。茹で上がったたらざるにあげて冷水にさらし、水気を切っておく。
- ② サケは皮と骨をとって1cm角に切る。
- ③ しその葉はせん切りにして水にさらし、玉葱はみじん切りにする。
- ④ 鍋を熱し、油大さじ1を入れ玉葱とサケを入れて身を崩さないように静かに炒め、うーめんを加えて塩、しょうゆで調味する。
- ⑤ 器に盛ってから白ごまとしそを散らし、中央にせん切りにしたのりを添えます。

## 回 和風炒めうーめん

### ▼ 材料 (1人分) ▲▼▲▼▲▼▲▼▲▼▲▼▲▼▲▼▲

うーめん …… 1/3把      塩 …………… 少量  
玉葱 …………… 30g      しょうゆ …… 大さじ1  
人参 …………… 20g      酒 …………… 少量  
ピーマン …… 10g      もみのり …… 少量  
納豆 …………… 30g

- ① うーめんは固めに茹で、サラダ油をまぶしておく。
- ② 玉葱、人参、ピーマンは千切りにし、納豆は荒くきざんでおきます。
- ③ 鍋に油を熱し、玉葱、人参を炒め、うーめんを入れて更に炒め、塩、こしょう、酒で味をつけ納豆を入れサックリ混ぜます。
- ④ 器に盛り、もみのりを散らします。

## 回 うーめんの酢味噌あえ

### ▼ 材料 (1人分) ▲▼▲▼▲▼▲▼▲▼▲▼▲▼▲▼▲

うーめん …… 1/3把      みりん …… 小さじ1  
鶏のささ身 …… 30g      酢 …………… 大さじ1  
生わかめ …… 10g      酒 …………… 小さじ1  
あさつき …… 30g      砂糖 …… 少々  
人参 …… 30g      煎りごま・白 … 少々  
白味噌 …… 大さじ1  
砂糖 …… 大さじ1  
みりん …… 小さじ1

- ① うーめんを固めに茹でる。
- ② 鶏のささ身はすじを取り酒蒸しにする。※深皿にすじを取ったささ身を入れ、少々塩と酒小さじ1をふりかけ下味をつけ10分おく。次に蒸器で器のまま10分蒸す。蒸しおえたら冷まし細く裂く。
- ③ 生わかめはもどして1口大に切る。
- ④ あさつきは少々塩を入れた熱湯でサッと茹で2cm位の長さに切る。人参をせん切りにし塩を入れた湯で色よく茹でる。
- ⑤ 酢味噌を作る。※白味噌をよくすり、砂糖みりんを加え更にすり、酢を入れて味を調える。
- ⑥ 食べる直前に酢味噌に②③④⑤を混ぜ、①を加えてあえる。
- ⑦ 器に盛り、上に煎りごまをふりかける。

## 回 うーめんのごま酢あえ

### ▼ 材料 (1人分) ▲▼▲▼▲▼▲▼▲▼▲▼▲▼▲▼▲

うーめん …… 1把      サラダ油 …… 少量  
黒ごま …… 20g      トマト …… 1/2個  
砂糖 …… 10g      パセリ …… 少々  
味噌 …… 10g      (水でさらしたもの)  
酢、塩 …… 少々  
たまご …… 1個  
花かつお …… 10g  
みりん …… 大さじ1

- ① うーめんを固めに茹でる
- ② 水を沸騰させ、花かつおを入れ1分程で火を止め1~2分おき、上澄みをだし汁にする。
- ③ 黒ごまは炒ってよく攪り油が出るまで攪る。味噌を加えて更に攪る。
- ④ ③に砂糖、酢、塩の調味料を入れてだし汁でよくのばし、茹でたうーめんをあえる。
- ⑤ たまごはだし汁、砂糖、塩少々でよくかき混ぜフライパンでサッと炒りたまごを作る。
- ⑥ 器にトマトの薄切り(湯むきしたもの)をならべ中にごまあえしたうーめんを盛り上に炒りたまごをのせて、さらしパセリを散らす。