

本会オリジナル PB 商品『あごだし宮崎魚うどん A・GO』 の夏レシピ紹介。

本会は、県内で水揚げされる低利用魚やマグロ等の未利用部位について水産資源の有効活用及び持続可能な漁業の支援を目的としたオリジナルPB商品『エコフィッシュ宮崎』を販売しています。

今回は『あごだし宮崎魚うどん A・GO』の夏にぴったり新レシピを3種類開発しましたので紹介します。

料理名：冷やし山かけ魚うどん（山芋×梅×オクラ）



■材料

・魚うどん ・オクラ ・山芋 ・しそ ・梅干しなど
〈レシピ〉

宮崎魚うどんにオクラ、山芋、しそ、梅干しをトッピングして出来上がり。
お好みで、めんつゆを追加しても美味しくお召し上がりいただけます。

料理名：冷やし中華風魚うどん（スタミナが欲しいので鶏肉とキムチ！）



■材料

・魚うどん ・ゆで卵 ・きゅうり ・キムチ ・鶏ささみ ・もやしなど

〈レシピ〉

宮崎魚うどんにきゅうり、もやし、ゆで卵、鶏ささみ、キムチをトッピングして出来上がり。
お好みで、ゴマやラー油をふりかけても美味しくお召し上がりいただけます。

料理名：冷製パスタ風トマト魚うどん（市販のトマトジュースで簡単におしゃれアレンジ！）



■材料

・魚うどん ・トマトジュース ・粉チーズ ・にんにく ・粗びきこしょう ・オリーブオイル

〈レシピ〉

宮崎魚うどんにトマトジュース、粉チーズ、すりおろしたにんにく、オリーブオイル、粗びきこしょうを加えて汁の完成。

お好みで、パプリカ、焼きナスをトッピングしてもお召し上がりいただけます。