



# AZABU KITCHEN

ご当地

2025-11

麻生北見病院栄養科

## 亀山みそ焼きうどん 9月26日



- ・ 亀山みそ焼きうどん
- ・ 春巻
- ・ 小倉ミルクゼリー



三重県亀山市は、古くから交通の要所として栄えてきました。  
昭和30年代に国道を行き交うトラックの運転手さんたちのお腹を満たそうと、ある焼肉店のおばさんが考えた特製味噌が「亀山みそ焼きうどん」のはじまりです。  
みそ味の焼肉にうどんを入れた美味しさが評判となり亀山市ではみそ味の焼きうどんが家庭でも愛されてきました。  
みその香ばしい香りが食欲を誘い、食べたらピリッと甘辛い味がクセになるかも！？



亀山みそ焼きうどん  
PRキャラクター  
「かめみ」です。



## 麻生病院オリジナル 「亀山みそ焼きうどん」レシピ



### 【分量 2人分】

うどん	2玉
豚ばら肉 (スライス)	40g
豚小間	40g
キャベツ	80g
人参	20g
ピーマン	20g
ラード	適量
塩	適量
白こしょう	適量

### 【作り方】

- ①フライパンにラードをひき、野菜・肉を炒める。
- ②麺を加え、少量の水をいれほぐす。
- ③合わせたみそダレを入れ、炒め合わせる。
- ④お好みで紅生姜をトッピング

## 亀山みそ焼き

## うどんソング♪

☆みそダレ (全て合わせる)

赤みそ	20g
焼肉のタレ	15g
砂糖	小さじ2
日本酒	小さじ1
豆板醤	少々

♪みみみ みんなのみ  
そそそ ソングのそ  
亀山名物みそ焼きうどん♪

