

食欲をそそる旨辛トマトラーメン・

- ちょっと辛い旨辛ラーメンをトマトジュースでマイルドに！
- 洋風な具材をのせてイタリアン風？ラーメンとは？思えないレシピです。

旨辛ラーメンとトマトジュースのベストマッチ！



▼使用商品▼
ラーメン

▼材料▼ (2人分)

1食あたり 608kcal

▼作り方▼

参考調理時間 20分

材料名	分量	カロリー
ラーメン 2食分	376 g	866
トマトジュース	200ml	34
水	340ml	-
トマト 1個	150 g	40
ブロッコリー 1/4株	95 g	24.5
しめじ 1/4パック	25 g	4.5
ベーコン 3枚	54 g	219
粉チーズ 小2	6 g	28

①	鍋に旨辛スープ、水、トマトジュースを加えスープを作っておく。
②	トマトはさいの目切りにする。□
③	ブロッコリー、しめじは電子レンジで1分加熱しておく。
④	ベーコンは半分に切り、フライパンで焼く。□
⑤	ラーメンを沸騰したお湯で約 40秒 ゆでた後、湯切りして水で洗いスープ
⑥	器にもりつけ、具材を飾り、粉チーズをのせていただきます。