

ラーメン

通年

旨辛マイルドな豆乳ラーメン

●旨辛の味わいはそのまま、食べやすくアレンジした一品です！

激辛は苦手・・・でも辛いもの食いたい！人へのアレンジ

▼使用商品▼
ラーメン

▼材料▼ (2人分)

1食あたり 563.4kcal

▼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
水	400m l	-
成分無調整豆乳	150m l	79.4
ベーコン ハーフサイズ2枚	40 g	68
しめじ	100 g	20
卵 1個	56 g	85
青ネギ 2~3本	30 g	8.4

①	フライパンで油を熱し、半分に切ったベーコンをカリカリに炒めておく。
②	しめじは房を切ってほぐしておく。青ネギは5mm程度の小口切りにする。
③	卵はお好みの固さに茹で、半分に切る。
④	たっぷりの湯で麺を 40秒 ゆで、水で洗った後に水気をよくきる。
⑤	鍋に旨辛スープと豆乳を分量の水で溶いてから火にかけて、しめじを入れ、沸騰したら麺を戻してさらに30秒煮込む。
⑦	器に麺とスープを盛り付け、①~④の具材をのせたら出来上がり。