

ラーメン

夏

# 中華風ジャージャー麺

- ラーメンは“かんすい不使用”、独特のもっちり食感がクセになる美味しさ。
- あっさりスープにひき肉・豆板醬で仕上げた“肉みそ”をたっぷりのせて、ボリュームある1品。
- 豆板醬の量で辛さを調整できます。ラー油でテリを加えてもよいでしょう。

## しょうゆ味のスープをベースに仕上げたお手軽ジャージャー麺



▼使用商品▼  
冷しラーメン

▼材料▼ (2人分)


1食あたり 639kcal

▼作り方▼

参考調理時間 20分

材料名	分量	カロリー
冷しラーメン(2食)	380g	762
水	500ml	-
豚ひき肉	150g	333
青梗菜 2株	50g	4
白ネギ 1/2本	75g	13
にんにく	1 かけ	6
しょうが	1 かけ	4
ごま油 大1	13g	111
豆板醬 大1	18g	12
オイスターソース 小1	6g	6
砂糖 小1/2	1.5g	6
水溶き片栗粉	大1	20
白ごま	少々	-

①	青梗菜はゆでて5cm程度の長さに切っておく。
②	にんにくとしょうがは細かいみじん切り、ネギは大き目のみじん切りにしておく。
③	フライパンにごま油をひき、にんにくとしょうがを弱火で香がたつまでじっくり炒める。
④	豆板醬とねぎを加えて炒め、ひき肉も加え砂糖・オイスターソースで味付けをする。
⑤	添付のラーメンスープと水を加え、水溶き片栗粉でとろみをつけておく。
⑥	ふっとうしたお湯で麺を <b>50秒程</b> ゆでた後、湯切りして冷水で洗い、水気を切ってから器に盛り付ける。
⑦	麺の上にひき肉をのせ、チンゲン菜をそえて、ゴマをふって出来上がり。

 サンサス商事株式会社