

給食のレシピを紹介

しょうゆラーメン



4人分 (大人2人・子ども2人分)

《材料》

◆ 生中華麺	300 g	◆ 水	800ml
◆ 豚小間肉	70 g	◆ 鶏ガラスープの素	小さじ4
◆ こまつな	50 g	◆ 酒	小さじ1/3
◆ にんじん	30 g	◆ 食塩	小さじ1/3
◆ もやし	80 g	◆ しょうゆ	大さじ1
◆ 油	適量		

A

《作り方》

1. 鍋に油を引き、豚小間肉を炒める。
2. 1に、にんじん、水、鶏ガラスープの素を入れて煮たら、こまつな、もやしを加えてさらに煮る。
3. 2にAを入れて調味する。
4. 別の鍋で麺を袋の表記時間通り茹で、ザルに上げ、湯切りする。
5. 器に麺を入れ、3を盛り付ける。