

ごま味噌野菜ラーメン

材料(大人 2 人子ども 2 人分)

・生ラーメン	300g
・豚肩ローススライス	100g
・豚ももスライス	80g
・もやし	80g
・にんじん	30g(1/5 本)
・にら	50g(1/2 束)
・キャベツ	80g
・塩コショウ	1.2g
・おろしにんにく	0.5g
・ごま油	1.5g
・長ネギ	15g(5 センチ強)
・なると	30g
・味噌ラーメンスープ	50g
・練りごま	30g
・鶏ガラ	適量

作り方

【具】

- 1、長ネギは半月切り、なるとは輪切りにする。
- 2、その他の野菜と豚肉は長さを 3cm くらいにそろえて千切りや太千切りにカットしていく。
- 3、フライパンにごま油、おろしにんにくと 2 を入れて、炒める。

【スープ】

- 1、鶏ガラをさっと洗って、だしをとる。粉末スープでも OK。
※長ネギや人参の端・皮なども一緒に煮るとよいでしょう。
- 2、1 から鶏ガラを取り出し、ラーメンスープと練りごまを溶かしながらいれて、長ネギを入れてスープを完成させる

【麺～盛り付け】

- 1、湯を沸かし、麺を既定の時間茹でる。
- 2、器に麺を盛り、炒めた具をのせて、スープを注ぐ。
- 3、最後になるとを飾れば完成。