

グルテンフリー醤油ラーメン



🕒 調理時間：15分 🍲 調理法：お鍋 🔥 カロリー：392kcal 🧂 塩分：7.8g

グルテンフリーの醤油ラーメンレシピです。簡単なのに本格的な醤油ラーメンが仕上がります。隠し味の豆板醤でコクup！

GF RAMEN LABについて詳しくはこちら

使用商品

グルテンフリー中華麺 中太麺

米を主な原料としながらラーメンらしさを徹底的に追及し、中華麺特有の「香り」と「コシ」にこだわったグルテンフリーの中華麺です。



材料 1人前

グルテンフリー中華麺：65g（1/2袋）
豚ばら肉：50g
白ねぎ：50g
にんにく：1/2片（2.5g）
米醤油：大さじ1.5（27g）
水：350cc

【A】みりん：大さじ1/2（9g）
【A】鶏がらスープの素（顆粒）：小さじ2（5g）
【A】豆板醤：少々（1g）
（小麦不使用）
【A】黒こしょう：少々（0.1g）
【A】ごま油：小さじ1（4g）

■トッピング
味付け玉子：1個
かいわれ大根：適量
のり：適量

作り方

- （1）豚ばら肉は一口大に、白ねぎは斜め切り、にんにくは薄くスライスする。
 - （2）沸騰したお湯に中華麺を入れ、7分ふつふつとした火加減でゆでる。ゆであがったら水洗いをしてしっかりと水気を切る。
 - （3）小鍋に豚ばら肉・白ねぎ・にんにく・水（350cc）を入れて、豚肉に火が通るまでゆっくり煮詰める。
 - （4）【A】を入れて煮詰める。
 - （5）火を止めてから、米醤油を入れる。
 - （6）器にスープを注ぎ、ゆでた中華麺を入れる。お好みで味付け玉子・かいわれ大根・のりをトッピングしてください。
 - （7）【味付け玉子の作り方】
ゆで卵（7分ゆでる）は殻をむき、米醤油・酒・みりん（各大さじ1/2）に漬けておく。
- レシピ：グルテンフリーチャーシューと煮卵の作り方はこちら