ケンミン食品
株式会社

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

Copyright (c) KENMIN FOODS co., ltd. All rights reserved.