ケンミン食品株式会社

本格麻辣湯レシピ｜具材たっぷり！麻辣湯とはどんな料理？【基本の作り方】

調理時間：10分　調理法：お鍋　カロリー：337kcal　塩分：4.5g

麻辣湯（マーラータン）とは、中国・四川発祥の旨辛スープ料理で、花椒のしびれと唐辛子の辛さが特徴。
本格的な麻辣湯をお鍋ひとつで楽しめる作り方をご紹介！
たっぷりの具材を自由に組み合わせて、自分好みの鍋に！
麺はもっちり食感のお米のめんで本格スープと相性抜群♪
ピリ辛しびれる絶品麻辣湯レシピで体も心もポカポカに！

使用商品　米粉専家 四川風麻辣湯めん

ランチタイムに、お鍋ひとつで手軽にアジアンプチトリップ。
しなやかな汁専用ビーフンに、痺れる辛みと爽やかな香りが楽しめるスープを合わせました。
手軽に中国四川省の「麻辣湯めん」が味わえます。

＜2024年3月発売開始＞

材料　1人前

米粉専家 四川風麻辣湯めん：1袋
豚ばら肉：30g
チンゲン菜：30g
しめじ：20g
水：450cc

作り方

（1）
豚ばら肉・チンゲン菜は食べやすい大きさにカットする。
しめじは石づきを切り落とし、ほぐしておく。

（2）
鍋に全ての具材・水（450cc）を加えて沸騰させる。【中火】

（3）
沸騰したら、ビーフンを入れて約4分煮込む。

（4）
4分後、火を止めて添付スープを入れてよくかき混ぜる。

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