ケンミン食品株式会社

ミッキーマウス / ライスヌードル しょうゆラーメンのレシピ

調理時間：10分　調理法：お鍋　カロリー：400kcal　塩分：4.0g

調味料も材料もすべてグルテンフリーにこだわったレシピです。お米のめん特有のもちもち食感を楽しめるラーメンです。

使用商品　ミッキーマウス／冷凍ライスヌードル中華めん

材料　1人前

冷凍 ミッキーマウス / ライスヌードル
中華めん：1袋（160g）
豚ばら肉：30g
白ねぎ：5cm（10g）
水：300cc

■調味料A
【A】鶏がらスープの素：小さじ1（2.5g）
【A】ごま油：小さじ1/2（2g）
グルテンフリー醤油：大さじ1（18g）
黒こしょう：適量

■トッピング
のり：適量
かいわれ大根：適量

作り方

（1）
豚ばら肉は一口大に、白ねぎは5mm幅に斜め切りにする。

（2）
小鍋に豚ばら肉・白ねぎ・水（300cc）を入れる。
豚肉に火が通るまで煮る。

（3）
【調味料A】を入れてひと煮立ちさせたら、火を止めて醤油を回し入れる。

（4）
ライスヌードル中華めんを温めておく。
（基本の調理方法参照）

■電子レンジの場合
凍ったままのライスラーメンを外袋から取り出し、内袋ごと表示がある面を上にしてレンジ対応の皿にのせ、レンジ加熱してください。
【500W：約3分20秒 or 600W：約2分50秒】
※加熱後、ほぐれにくい場合は水洗いしてください。

■ゆでる場合
凍ったままのライスラーメンを外袋から取り出し、内袋をはずしてください。
沸騰したたっぷりのお湯に入れ、再沸騰後約1分加熱し、湯切りしてください。
※スープ・たれなどがよく絡むライスラーメンですので、お好みで味をご調整ください。
※加熱後すぐに調理しない場合は、水洗いして頂くことをおすすめしています。

（5）
器に３を注いで中華めんを入れてよくほぐす。
かいわれ大根を盛り付け、黒こしょうをかける。

（6）
注意
※このレシピは特定原材料8品目（卵、乳、小麦、えび、かに、そば、落花生、くるみ）を含まない材料を使用したメニューです。
お手元の材料、調味料によってはこれらの8品目のアレルゲンが含まれることがありますので、原材料表示を確認するなど充分ご注意ください。
※食物アレルギーは個人差が大きく、症状には充分ご注意の上、個々のアレルギーの状態に合わせてご利用ください。

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