

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



TM © Disney

🕒 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

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

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）

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。