

『喜多方ラーメン風空上げ』



大滝根山分屯基地は、全自衛隊基地の中で最も空に近い（標高が高い）場所に位置し、厳しい環境の中、日夜、警戒任務にあたっています。そのため隊員の活力の源となり、厳しい環境でも任務に邁進できるようにと想いをこめて調理しています。

材料（4人分）

食品名	分量	食品名	分量
若鶏もも肉	480g	チャーシュー	100g
中華麺	100g程度	鳴門巻	20g
長ねぎ	10g	清酒	大さじ 1
鶏卵	2個	小麦粉	大さじ 3
おろし生姜	少々	ラーメンスープの素	1袋（50g程度）

調理手順

- ① チャーシュー、鳴門巻を1cmくらいのさいの目切り、長ねぎをみじん切りにする。



- ② 中華麺を茹で、水で麺を締めて1cm幅に切る。



- ③ 若鶏もも肉を4cm角くらいに切り、おろし生姜、清酒、ラーメンスープの素を入れて肉をもみこみ15分程度漬け込む。



調理手順

- ④ ボウルに卵を溶きほぐし、鶏肉と刻んだ中華麺、チャーシュー、鳴門巻、長ねぎを入れる。手でよく揉んで卵がなじんだら、小麦粉を少しずつ入れて混ぜる。



- ⑤ 170℃に熱した揚げ油に、1つずつ衣をまとわせて入れる。中まで火が通り、きつね色になったら取り出す。



- ⑥ カラリと揚がった空揚げを好みの付け合わせと一緒に皿に盛り付ける。



献立担当者

日本3大ラーメンの1つである喜多方ラーメンと唐揚げを合体して独自の唐揚げに仕上げました。喜多方市のB級グルメである喜多方ラーメンバーガーから着想を経ました。

調理担当者

ラーメンスープを味付けに使用することで簡単にインパクトのある味にすることが出来ました。麺を衣にすることで食感がカリッとし、ラーメンの味と肉のうまみが一体となり、ありそうでなかった唐揚げに仕上がりました。

喫食者

鶏肉のジューシーさとラーメンの味が相まってとても美味しいです。