

秋田駐屯地ラーメン特集

「みそカレー牛乳ラーメン」

～ お隣青森県のご当地ラーメンにチャレンジ～

PRポイント

北国の方は、コクのある濃厚な味噌ラーメンが大好き♡その味噌ラーメンにカレー🍲、牛乳🥛を入れ、スパイス感とまるやかさをプラス

栄養ポイント

香辛料(カレー粉)による発汗作用で身体ポッカポカ！さらに牛乳をたくさん入れるとカルシウムも補えるよ！

材料 1人分 (自衛隊員の分量です)

中華生麺	1玉	もやし	70g
味付チャーシュー	40g	メンマ	20g
スイートコーン	15g	長ネギ	15g
人参	10g	サラダ油	適量

【スープ】

鶏ガラパック	適量
みそラーメンスープの素	1人分
牛乳	50cc
カレー粉	小さじ1程度

みそカレー牛乳ラーメンレシピ



作り方

- 1 深めのフライパンに油を熱し、もやしと人参を軽く炒める。鶏ガラスープで割ったみそラーメンスープを約300cc入れる。
(♡ポイント 牛乳が入る分少し濃い味にする)
- 2 次にカレー粉、牛乳50ccを入れ沸騰させる。
- 3 麺が茹で上がったら、2をかけ、チャーシュー、メンマ、ねぎ、コーンを盛り付け完成

✿ 味噌、カレー、牛乳の黄金比率はお好みで見つけてね♡