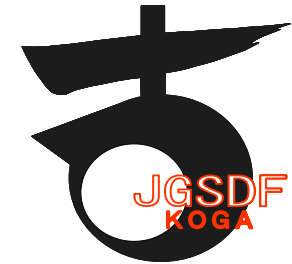


古河駐屯地 古河BLACKラーメン

駐屯地のロゴマークをイメージして作りました。そのため黒いスープに仕立て、ウィンナーと茹で卵で古河の「古」になるように盛付けます。

また駐屯地は古河市に所在することから、「こがし」「焦がし」とかけて焦がしネギもトッピングしてます。

古河駐屯地業務隊 管理栄養士 栗原技官



駐屯地ロゴマーク

材料（1人分）

冷凍極太ラーメン	1個
ウィンナー	20g
鶏卵	30g
焼豚スライス	40g
なると	15g
もやし	30g
キャベツ	20g
わけぎ	15g
サラダ油	適量
黒醤油ラーメンスープ素	40g
ガラスープ	10g

作り方

- 1 ウィナーは縦1/2に切って、サッとボイルする。
- 2 鶏卵は茹で卵にして1/2カットする。
- 3 なるとは斜めスライス
- 4 もやし、キャベツは食べやすい大きさに切って、ボイルする。
- 5 わけぎは油で揚げる。
- 6 黒醤油ラーメンの素とガラスープでスープを作る。
- 7 麺を茹で、各材料をトッピング。
ウィンナーと茹で卵で「古」になるように盛り付け
- 8 スープをかけて、焦がしネギをトッピングする。

★コツ・ポイント

焦がしネギは黒くなるまで揚げます。焦げの苦味も良い味のアクセントになります。