

岩見沢駐屯地ご当地グルメ

「ゆあみチャーシューラーメン」

～昔からの手作りチャーシューが売り！～

PRポイント

チャーシュー[㊟]は市販品のものではなく、**ちゃん**と**手作り**で、歴史のある一品となっております[㊟]
スープは味噌・醤油・塩など、その都度変えて献立に取り入れ中～～～☆彡

栄養ポイント

豚肉の魅力は美味しいだけではなく、ビタミンB1やたんぱく質が豊富です。ビタミンB1は糖質を燃やしてエネルギーに変えてくれる！

材料 1人分（自衛隊員の分量です）**今回は醤油で！**

冷凍ラーメン北海道 200g（北海道産小麦使用）

『スープ』

鶏がら仕立 醤油味 35g

冷凍ガラ十五分湯チキン 15g

ラード 1g 『チャーシュー』

おろしニンニク 2g 豚背ロースブロック 80g

もやし 80g 上白糖 8g

人参 30g みりん 5g

塩・こしょう 適宜 醤油 15g

中華スープの素 2g おろしニンニク 2g

鶏卵 40g おろし生姜 3g

ゆあみラーメンレシピ



作り方

- 1 鶏がら仕立て醤油味、十五分湯チキン、ラード、おろしにんにくでスープを作る。
- 2 もやしと人参はサッと炒める。
- 3 チャーシュー用の豚肉を解凍する。
解凍後水分を拭きとりブロック肉を約25cm位に切り、タコ糸で巻いて、表面を鉄板で焼きます。
豚肉を漬けこむタレを調合し、くず野菜を入れ煮込みます。
豚肉を漬けこみ、落とし蓋をし、弱火で30分煮込み、煮込み終わったら火を止めて容器に移し替えてしっかり冷やす。
- 4 チャーシューを薄切りします。
- 5 麺をボイルし、チャーシューやその他の具を盛り付け、スープは横から注いで完成☆彡

「ゆあみ」とは？岩見沢の旧称「ゆあみさわ」から拝借し、ゆあみの日として実施しています[㊟]