

久居駐屯地 ラーメン

「33鷹の油麺」さんさんたかのゆめん

～ 久居駐屯地名物献立の一品 ～

PRポイント

茹でた中華麺に少なめの濃いスープを絡めて食べる油そばをベースにした久居駐屯地オリジナルメニューです。ネーミングの「33」は第33普通科連隊を表し「鷹」は旧久居市(市町村合併により津市へ)の鳥「大鷹」を表しています。

栄養ポイント

伊勢志摩名産のあおさの天ぷら、スープの隠し味には伊勢うどんのたれ(たまり醤油)を加え、三重県らしさを追求しました。「鷹」にちなんで鷹の爪(唐辛子)もトッピングに加えています。

材料 1人分

中華麺	200g
鶏白湯スープの素	5g
醤油ラーメンスープの素	20g
伊勢うどんのつゆ	5g
シャンタン	0.3g
おろしにんにく	0.3g
サラダ油	2g
味付メンマ、鶏むね肉、緑豆もやし、青ねぎ、トマト、カット唐辛子、キムチ、温泉たまご、あおさの天ぷら、ラー油、卓上酢はお好みでトッピング	

※記載のスープの素は液体の商品です。

33鷹の油麺シシピ



作り方

- 1 麺を茹でて湯を切る。もやしは茹でて、あおさは天ぷらにする。鶏肉を蒸してスライスする。
- 2 鍋にサラダ油、おろしにんにくを熱して香りを出し、鶏白湯スープの素、醤油ラーメンスープ、伊勢うどんつゆ、水大さじ1(分量外)を加えてスープを作る。
- 3 器に調理した材料やその他のトッピングを盛り付け、スープをかける。
- 4 好みてラー油や酢をかけていただく。

★コツ・ポイント

濃い目のタレととろりとした温泉卵を絡めてどうぞ！あおさはよくほぐしてから揚げるのがコツです。濃厚なスープですが、酢を加えるとさっぱりとします。