

南恵庭駐屯地ラーメン部門

「南恵庭醤油ラーメン」

～ 南恵庭自慢のラーメン ～

PRポイント

南恵庭駐屯地で提供しているラーメンは、嗜好調査で常に上位にある人気メニューです。

味噌ラーメン、塩ラーメン、台湾ラーメン等多くのメニューを取り揃えていますが今回は定番になっているニンニク風味を効かせた醤油ラーメンを紹介します。

栄養ポイント

疲労回復を助けるビタミンB1を多く含む豚チャーシューを使用し、若年隊員の好みの炭水化物(麺)を多くしています。

材料 1人分(自衛隊員の分量です)
【醤油ラーメン】

麺(茹麺)	250g
焼豚スライス	40g
もやし	40g
味付支那竹	20g
ネギ	20g
なると	10g
焼きのり	0.5g
ラーメンスープ	
おろしにんにく	6g
ガラスープ	10g
醤油ラーメンの素	30g
水	400cc

醤油ラーメンレシピ



作り方

- 1 鍋に水を張り、ガラスープ、醤油ラーメンの素、おろしにんにくを入れ沸かす。
- 2 なるとは薄切り、ネギは小口切りにし、もやしは熱湯で湯がいておく。
- 3 麺を茹で、ラーメン丼なりに盛り、もやし、チャーシュー、支那竹、ねぎ、なるとを盛付け、スープをたっぷり入れ最後に焼きのりをトッピングし完成!!