

## 守山駐屯地 ラーメン

### 「金鯨まぜそば」

～力の根源は「金鯨まぜそば」にあり！～

#### PRポイント

スープのないピリ辛ミンチの台湾まぜそばと、ニンニクたっぷりスタミナがつくベストコンディションラーメン、二つの名古屋めしをこの一杯に凝縮！

駐屯地オリジナル鯨の玉子焼き付です。

#### 栄養ポイント

んにく・にら・白葱は疲労回復や滋養強壯のほか、免疫力を高めがん予防にも効果的です。

#### 材料 1人分(自衛隊員の分量です)

冷凍中華そば	200g	ラー油	3.5g
油そばのたれ	30g	おろし生んにく	5g
豚挽肉	30g	花かつおパック	1個
焼肉のたれ	9g	食酢	2g
豆板醤	3g	鯨焼印入り玉子焼き	1個
輪切り唐辛子	少々		
豚ばら肉	40g		
大豆もやし	40g		
にら	30g		
玉葱	20g		
生んにく(スライス)	10g		
中華スープの素	3g		
細切りのり	適量		
白葱	20g		
半熟卵	1個		

## 金鯨まぜそばレシピ



#### 作り方

- 1 豚挽肉と輪切り唐辛子を炒め、焼肉のたれと豆板醤で味付けする。
- 2 豚ばら肉・大豆もやし・にら・玉葱・スライスんにくを炒め中華スープで味付けする。
- 3 ラーメン鉢に油そばのたれを入れ、その上に茹でた中華そばを入れた後2と1を盛りつける。鯨の焼印入り玉子焼きをトッピングする。
- 4 切海苔・白葱・半熟卵・ラー油・おろし生んにく・花かつお・食酢をお好みで入れる。

※よく混ぜて食べるのがポイント

※ラーメン鉢に余ったタレと具、御飯(追い飯)を入れて食べても美味しい