



丘珠駐屯地 ラーメン

「生姜札幌味噌ラーメン」

～ 札幌味噌ラーメンに生姜の風味 ～

PRポイント

札幌といえばラーメンの街。その札幌に駐屯する丘珠駐屯地では、豚骨ベースのやさしい味噌味に生姜をのせて提供しています。生姜を少しずつ溶かして味の変化も楽しめます！

栄養ポイント

生姜の辛味成分であるシンゲロールやショウガオールには、血行を促進し発汗を促す体温保持効果があるといわれています。

材料 1人分(自衛隊員の分量です)

【スープ 300cc程度】	【具材】
豚骨 90g(だし用)	サラダ油 適量
にんじん 8g(だし用)	にんじん 20g短冊切
たまねぎ 8g(だし用)	もやし 60g
長ねぎ 16g(だし用)	塩・こしょう 少々
味噌ラーメンの素 48g	チャーシュー 適量
ラード 2g	味付メンマ 適量
おろしにんにく 2g	長ねぎ 10g小口切
一味唐辛子 0.1g	おろし生姜 5g
白すりごま 少々	
【ラーメン】1玉	

生姜札幌味噌ラーメンレシピ



作り方

- ①下茹でした豚骨と、にんじん、たまねぎ、長ねぎの青い部分を煮込み豚骨スープ(だし)を取ります。(2～3時間)
- ②①に味噌ラーメンの素、ラード、おろしにんにく、一味唐辛子、白すりごまを入れてスープの味を調えます。
- ③サラダ油で、にんじん(短冊切)ともやしを炒めて塩こしょうで軽く味をつける。
- ④ラーメンをゆでて器に盛り、スープを注ぎ、炒めたにんじん・もやし、味付メンマ、長ねぎ(小口切)、チャーシュー、おろし生姜をのせて出来上がり！