

新町駐屯地(ラーメン)グルメ

「上州豚辛ラーメン」

PRポイント ~ (からっ風に負けるな) ~

群馬県を囲う山々は、上毛三山と呼ばれ、毎年冬になると上州からっ風と呼ばれる冷たい北風を吹き起こし、体感温度を容赦なく奪います。

温かいスープにピリ辛に味付けした下仁田葱の千切りを添え、そこに豚の唐揚げを付けて疲労の回復を狙います！

栄養ポイント

豚肉に多く含まれるビタミンB群やタンパク質は疲労を回復してくれます。上にちよい足した豆板醤ときざみ生姜で代謝をUP

下仁田葱は血行を促進し、免疫を高め、強健な体作りに役立ってくれます。

材料 1人分

冷凍ラーメン		1個
醤油ラーメンスープ		適量
豚背ロース	80g	唐揚げ粉 15g
サラダ油	10g	
青梗菜	30g	
長葱	50g	ラー油、豆板醤 適量

(上州豚辛ラーメン)レシピ



作り方

- 1 お湯をわかしラーメンを茹でる準備をします。
- 2 豚背ロースに唐揚げ粉をつけ170度の油であげます。(食べやすい大きさに切り分けます。)
- 3 青梗菜も食べやすい大きさに切り、茹でます。
- 4 長葱は白髪ねぎにし、ラー油を混ぜます。
- 5 ラーメンの具材が出来上がったら、ラーメンを茹で、上にトッピングし熱々のラーメンスープをかけてできあがり！

お好みて、桃屋のきざみ生姜をのせて下さい。豆板醤の辛さと、生姜の辛さで体が温まります。

