

# 船岡駐屯地ラーメン特集

## 「船岡ラーメン」

～コクありスープに辛みそと  
にんにくで好みの味に～

### PRポイント

船岡駐屯地人気のメニューです。  
甘辛みそスープにちょっと太めの麺とたっぷりの野菜がよくあいます。  
地元の**仙台味噌**を使った辛味噌や、にんにくを加え、好みの味でお召し上がりください。

### 栄養ポイント

おいしいラーメンを食べると、自然にお野菜も  
たっぷりとれますよ♪  
冬は体が温まり、夏はスタミナがついて1年中  
おすすめできるラーメンです。

### 材料 1人分 (自衛隊員の分量です)


ラーメン	1玉	B	鶏がら・豚骨がら		
			仙台味噌	5g	
A	豚ひき肉	50g	C	味噌ラーメンの素	50g
	たまねぎ	60g		おろしにんにく	2g
	にんじん	20g	豆板醤・三温糖・調理酒		
	キャベツ	80g	コチジャン	1g	
	もやし	60g	コチジャン	2g	
	スイートコーン	20g	仙台味噌	3g	
	乾燥きくらげ	1g	唐辛子粉	少々	
	炒め油	適量	★ねぎ	20g	
	塩・こしょう	適量	★おろしにんにく	2g	

# 船岡ラーメン レシピ



### 作り方

- 1 油でAの材料を炒め、軽く塩こしょうで、味をつける。
- 2 がらでだしをとり、Bの調味料で味噌ラーメンスープを作る。  
(三温糖、豆板醤とコチジャンで、甘辛に)
- 3 Cを混ぜ合わせ、辛味噌を作る。
- 4 麺を茹で、②のスープと①の具を盛りつける。
- 5 辛みそとねぎ、にんにくは好きなようにトッピング。好みの味に！

 野菜はしゃきっと炒めるのがポイント。  
食感を楽しめます。