

食堂担当者様各位

2025 年 5 月 吉日

スパイシー冷やし中華

本社から来る材料	1 人分	用意・発注する材料	1 人分
冷凍ラーメン	1 玉		
鶏ミンチ	60g	ごま油(ミンチ炒める用)	3g
青ピーマン	35 g	油 (ピーマン人参炒める用)	3 g
にんじん	20 g		
合わせ調味料	16.5 g		
ラーメンスープの素	54g	水(スープ用)	35g
		ごま油(スープ用)	3g

<作り方>

まず、水、ごま油、スープは冷やしておく。

- ① フライパンにをごま油を熱し鶏ミンチを炒め、火が通ればにんじんを加え、にんじんが柔らかくなったらピーマンを加える。
- ② 合わせ調味料で調味する。

<盛り付け・提供方法>

- ① 茹でてよく冷やしておいた冷凍ラーメンを皿に盛り、ラーメンスープの素をかけ具材を盛り付ける。

