

親と子のラーメンの作り方

1



ブクブク沸騰するまでフタを使って待ってね!

最初の水は必ず計量して下さい。

※水=600cc (or完全に沸騰した熱湯:550cc)

水の分量は目分量ではなく、
しっかり量りましょう。
おいしいスープを作るコツです。



計量目盛り付き丼も便利です!



※計量目安) 1人前(600cc)、2人前(550cc×2)、3人前(500cc×3)
※2~3人前の調理では、水量を調整してください。

2



麺を入れる前に、全体が泡立つまで完全沸騰させて下さい。フタを使って全体が煮えたぎるまで待ちましょう!!

温度が下がったらフタをして沸騰している状態を保ちましょう。
沸騰していれば、お湯が濁らず、粉っぽくなりません。

※フタのある深いお鍋がふきこぼれません。



3



十分に沸騰したお湯の中に麺を投入し、
強火で必ず2分間ゆでます。

煮えにくい野菜(人参等の根菜類)は、
麺投入後、少し早めに(約1分後)入れましょう。



4



2分間(経過)たったなら火を止めずに
スープと野菜を入れ、さらに1分間煮込みます。
麺と野菜は別ゆでせず、一緒に煮込んでください。

火は強火のまま、煮汁は捨てません。

※スープ・具材を入れると、一旦温度が下がるので、火を弱める必要はありません。



5



はい! 合計3分間で出来上がり!!
野菜が入ってヘルシー「親と子のラーメン」の完成です。

お知らせ

(その一) 冷麺など、スープにより作り方が一部異なる場合もございます。各スープの調理方法をご確認ください。

(その二) お湯の吹きこぼれにご注意下さい。出来上がりの味が濃くなる事があります。

※吹きこぼれた場合は、出来上がり直前に、お水(50cc程度)をさして下さい。(調整水)

(その三) 調理時間は鍋の大きさ、火力などにより多少異なります。

(その四) 通常(20cm前後)の鍋で、一度に作るのは2人前までをお勧め致します。

※2人前以上で調理される場合は、最初の計量を少なめに調整して下さい。

(※上記①計量目安参照)