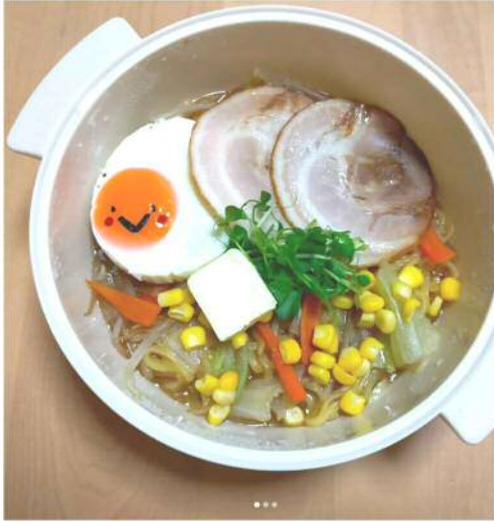


優秀賞 コース1 (時短バランスめし)

「レンジで簡単！野菜たっぷりほっこり味噌ラーメン」



レシピ

【材料】 (1人分)

- ・インスタント袋麺
……1袋 (写真は味噌ラーメン使用)
- ・お湯……500ml程 (袋麺の指定量)
- ・もやしミックス……1/2袋
- ・コーン缶……大さじ1
- ・チャーシュー……2枚
- ・卵……1個
- ・豆苗……適量
- ・バター……10g

【作り方】

- ① 目玉焼きを作っておく。
- ② 電子レンジ用調理鍋 (※100円ショップ等でも購入できます) に袋麺の指定量のお湯を入れる。
- ③ 最初にもやしミックスを入れ、次に麺を入れる。
- ④ 容器にふたをして、電子レンジ600Wで、袋に表示されたゆで時間加熱する。
- ⑤ 電子レンジから取り出し、付属のスープを混ぜ合わせる。
- ⑥ チャーシュー、目玉焼き、コーン、豆苗、バターをトッピングする。