

白石温麺の麻辣湯風

(2026年6月23日放送)



■材料:1人分 白石温麺1束

【肉味噌】

豚ひき肉80g、長ネギ5cm、すりおろしにんにく・生姜(チューブ) 各小さじ1/4、食べるラー油(麻辣風味) 小さじ1、醤油大さじ1、料理酒大さじ1/2、油小さじ2

【麻辣豆乳だれ】

無調整豆乳50ml、水50ml、牛だしの素小さじ1/2、食べるラー油(麻辣風味) 小さじ1、すりおろしにんにく・生姜(チューブ) 小さじ1/4、オイスターソース小さじ1練り胡麻小さじ1/2

【トッピング】

小葱・糸唐辛子



■作り方

1. 肉味噌を作る。フライパンに油、にんにく・生姜を入れ、ひき肉を炒める。酒・醤油を加えてさらに炒め、最後にみじん切りの葱、食べるラー油を入れて合わせたら出来上がり。
2. 麻辣豆乳だれを作る。豆乳、水、牛だしの素、食べるラー油、オイスターソース、練り胡麻、にんにく・生姜を入れてよく混ぜ、冷やしておく。
3. 盛り付ける。白石温麺を沸騰したお湯で4分茹で、しっかりと水でしめて水気を切り、お椀に盛る。麻辣豆乳だれを注ぎ、肉味噌、小葱、糸唐辛子をトッピングしたら出来上がり。