

# おうち de 満洲レシピ

Vol.53

納豆、めかぶ、オクラ

## ねばねば 冷しラーメン

レシピ考案者  
武蔵境北口店 菊川



よく混ぜてから  
お召し上がりください。

### 材料 (2人前)

★生麺	2袋	オクラ	4本
★しょうゆタレ	1袋	塩(板ずり用)	少々
水	400cc	玉ねぎ	20g
A★メンマ	30g	卵黄	2個
Aひきわり納豆 ※タレを入れ、混ぜ合わせる。	2パック	削り節	適量
Aめかぶ ※タレは使いません。(1パック35g入)	2パック	ごま油	少々
		いりごま	適量

★マークは自家製お土産商品です。

### 作り方

- ① 鍋にしょうゆタレと水を入れ、ひと煮立ちさせ、器に移し冷蔵庫で冷します。
- ② オクラはヘタとガクを取り、塩を振って板ずりし、耐熱容器に並べ、ふんわりラップし、レンジ(500W)で40秒加熱し、小口切りにします。
- ③ 玉ねぎは薄切りにし、5分位水にさらし、しっかりと水気を切ります。
- ④ 沸騰したたっぷりの湯で、生麺を3分半ゆでます。ゆであがったらザルにあげ、流水でぬめりをとって氷水で冷し、水気をよく切ります。
- ⑤ 麺を器に盛り、①をかけます。②と③とAをきれいに盛りつけます。
- ⑥ 真ん中に卵黄を乗せ、削り節といりごまを振りかけ、完成です。

お土産コーナーで販売中!



生麺  
栃木県産小麦

100%

こだわりの  
多加水麺



ラーメンの  
トッピングや炒め物に

生麺 生中華麺  
(1玉160g)

通常価格 **70円**(税込)

特売日価格 **60円**(税込)

自家製メンマ  
(200g)

**200円**(税込)

ラーメン・炒め物に



しょうゆタレ

**40円**(税込)

ねばねばパワースで  
夏を乗り切りましょう!



ぎょうざの満洲

ねばねば冷しラーメン