

鶏のガーリック旨塩ラーメン

材料/1人前

キャベツ	150g
長ねぎ	1/2本
ニンニク (またはすりおろしニンニク 小さじ1)	1片
鶏もも肉	50g
ごま油	小さじ2
①鶏ガラスープの素	小さじ1
①黒こしょう	少々
熱湯	500ml
マルちゃん正麺 旨塩味	1袋
添付の液体スープ	1袋

トッピング

黒こしょう	適量
-------	----

手順

- 1 キャベツは1cmの細切り、長ねぎは斜め薄切り、ニンニクはみじん切り、鶏もも肉は1cm角に切ります。
- 2 鍋にごま油を入れ熱し、1の鶏もも肉、長ねぎ、ニンニク、①を中火で炒めます。
- 3 鶏もも肉に火が通ったら1のキャベツを入れ、しんなりとしたら一度取り出します。
- 4 鍋に入った熱湯に麺を入れ、ほぐさずに1分経ったら箸でひっくり返し、少しほぐします。さらに2分ほど茹でます。
- 5 麺を茹でている間に、添付の液体スープを丼に入れておきます。
- 6 麺が茹で上がったら、麺を箸で押さえながら丼に茹で汁を加えてよくかき混ぜます。
- 7 麺を丼に移し、スープを麺が絡むように軽くなじませ、3を乗せ、黒こしょうをふりかけて完成です。