

## \*\*\*担々麺(ピリ辛肉みそ麺)\*\*\*

<材料> 5人分

生中華麺 4玉

豚ミンチ 200g

肉みそ=テンメン醬大さじ2+豆板醬大さじ1/2+酒大さじ1

スープ=ガラスープの素大さじ3+水8カップ



A=ジーマー醬(または練り胡麻)大さじ6+酢大さじ4+薄口醬油大さじ4  
+ラー油大さじ1~+すりごま大さじ4+生クリーム大さじ2

青梗菜 2株・・・株を縦に割り茹でる

白葱 1/4本・・・細切り

<作り方>

1. 肉みそを作る。鍋に油を熱して豚ミンチを加えてパラパラになったら、肉みその調味料を加えて煮ておく。
2. 中華生麺は指定の時間で茹でて水洗いしておく。
3. ボウルにAを入れて良く混ぜてスープを加えて一煮立ちさせる。
4. 器に茹でた麺を入れ③のスープを加えて①の肉みそをのせて(好んでラー油を加えても良い)茹でた青梗菜をトッピングにする。

## \*\*\*バナナ風味のココナッツミルク\*\*\*

<材料> 4~5人分

A=ココナッツ100ml+牛乳100ml

白玉粉100g+バナナ(大)1本

季節のフルーツ

黄桃1かけ・・・一口サイズに切る



<作り方>

1. Aを一煮立ちさせて冷ましておく。
2. ボウルにバナナをつぶして入れ、その中に白玉粉を加えて良く混ぜ合わせて団子を作り茹でて、軟らかくなったら冷水で冷やす。
3. 器に②とフルーツも入れて①を注ぐ。