

入賞 みそ香るミルクちゃんぽん

長野県長野市 長野調理製菓専門学校 匿名希望



材料(1人分)

麺	100g
豚バラ肉	50g
キャベツ	1/6玉
にんじん	50g
もやし	30g
かまぼこ	25g
油	大さじ1

A

牛乳	400ml
味噌	大さじ2
鶏ガラスープの素	大さじ2
塩	小さじ1
こしょう	適量

作り方

- 1 キャベツを一口大に切り、にんじんは短冊切りにする。かまぼこは5mm幅に切る
- 2 鍋に油を熱し、豚バラ肉を入れて塩こしょうで炒める
- 3 ②にキャベツ、にんじん、もやしを入れて炒め合わせる
- 4 ③にAを加え、沸騰させないように温める。麺とかまぼこを入れ、2分煮込む
- 5 器に盛り付ける

考案者のひと言 味噌のコクと牛乳のクリーミーさを活かしました。

審査
委員長の
コメント

手軽にフライパン一つで作れる点がよく、
具沢山なのも魅力でした。

