

レシピ公開「汁なし担々麺」

*

ジンゾウ先生のでんぷんノンフライ麺でつくる「汁なし担々麺」のレシピを公開しました。

いつも投稿してくださる長濱さんのレシピです。 本格的な味なのに、作り方は混ぜるだけ。美味しいですよ♪



1食あたり、**エネルギー**482kcal**たんぱく質**は5.44gです。
(普通の中華麺100gで作ったの場合 エネルギー458kcal
たんぱく質**13.74g**)