お便り(生らーめん編)

全麺を茹でた後、酸っぱく感じるときがあります。そんな時は、アルカリイオン水か、食品用の重曹を少し入れた水でもみ洗いすると酸味が抜けます。最後にもう一度水洗いするのを忘れずに。2019年12月4日 宮城県

□ 素敵なアイデアをありがとうございます。酸味の気になる方はぜひお試しください。

O)Пらーめんスープ」を買いました。他に何かつくれますか。

□お酢や砂糖を足して「冷やし中華」、オイスターソースを足して「中華丼」など、 いろいろ作れますのでレシピをご参照ください。

Q)ラーメンをたべるときに、スープがない場合はどうしたらよいですか? 2016 年2月□Nさん

A)□ご自分で作るのが大変な時は、市販のスープを利用しましょう。いまは、スーパーでも1食ずつ売っています。

*

ポイントは...

栄養成分の記載してある商品を選んで、きちんと計算して使うこと。 (減塩のものには、リンやカリウムが多いものがありますので、必ず栄養成分を確認しましょう。)

4倍くらいに薄めて、スープは飲まずに残すようにすること(つけ麺にするとよい)

麺は茹でた後に必ず水でよく洗います。温かい麺にする場合は麺を電子レンジで30秒くらい温めてからスープにつけると温かく召し上がれます。

Q)[[でんぷん生ラーメン」を半分食べて残りを(茹でずに)冷凍してもよいですか? 2016年4月

A)茹でる前の生麺は、冷凍できます。お召し上がりになるときは、凍ったままの麺をたっぷりのお湯で茹でてください。いつもより少し長めに茹でれば大丈夫です。