

# 従業員オススメの食べ方!



# メラーメン

しゃぶしゃぶのあがりは、旨味の凝縮されたスープでメラーメン!



ラーメンを事前に茹でておき、お湯にくぐらせる。又は、生麺を鍋に入れる二つのパターンがあります。



つけ麺風に召し上がれ! おろしにんにく・味噌を加えると札幌ラーメンの味わいに。

# しゃぶしゃぶのたれシリーズ

## しゃぶしゃぶのたれ〈しょうゆ味〉

四十年ほど前、羊の肉をジンギスカンだけではなく、牛しゃぶみたいに食べられないだろうか? という発想から「ソラチしゃぶしゃぶのたれ」は生まれました。醤油ベースに香辛料を加え、豚肉、ラム肉のしゃぶしゃぶを美味しく食べられる配合で仕上げました。牛肉にもお使いいただけます。北海道で1977年から発売され道民に愛され続けているしゃぶしゃぶのたれです!!!



## おろししゃぶしゃぶのたれ

北海道産大根おろしをとにかくたっぷり使用し、酸味をやや控えめにした、食べやすい万能なたれです。隠し味に、北海道産尻産昆布だし&焼津産かつおだし、後味すっきりレモン果汁を使用。湯豆腐や冷やっこ、焼き魚、ハンバーグなどにもどうぞ!



## しゃぶしゃぶのたれ〈ごま〉

ねりごま、すりごま、いりごまの3種類を使用したことで、食感・香りを追求しました。長葱、にんにく、生姜を使用し、ラム肉はもちろんだのお肉にもよくあいます。焼肉、棒々鶏やラーメンサラダ等、いろいろな料理に合う汎用性の高いたれです。



## しゃぶしゃぶのたれ〈みそ風味〉

味噌と相性の良いかつおと昆布だしのうま味に、香味野菜を加え、ラム肉や豚肉によく合う味わいに仕上げました。しゃぶしゃぶのたれの概念を覆す「みそ味」です。おでんのみそだれや焼肉などアレンジも出来る万能商品です。実は隠れファンも多い1本です!!

ソラチ 北海道のたれ屋

# しゃぶしゃぶのたれ

レシピブック

Instagram



SORACHI.OFFICIALSITE

しょうゆ味



# 春雨サラダ



春雨の別荘でなし! 電子レンジでらくらく調理

- 材料(5~6人分)
  - 春雨.....100g
  - 人参(細切り).....1/3本
  - きくらげ(細切り).....2枚程度
  - ごま油.....大さじ2
- 作り方
  - 耐熱容器に春雨・人参・きくらげを入れ、Aを回しかける。軽くラップをし、電子レンジで4分加熱する。(600W)
  - ①を一度混ぜ合わせ、さらに2分加熱し、ごま油を入れて粗熱をとる。
  - 粗熱がとれたらBを混ぜ合わせて完成!

# 豚しゃぶ 醤油ラーメン



メじゃない本格派!

- 材料(1人分)
  - しゃぶしゃぶ用豚バラ肉...100g
  - トッピング(鶏卵、メンマ、ネギ等)お好みで
- 作り方
  - Aを鍋に入れて火にかけ、沸いたら肉を入れる。
  - 別の鍋で水を沸かし、ラーメンを茹でる。(規定の茹で時間で)
  - 器に湯切りした麺を入れ、①を入れてお好きなトッピングを盛りつけて完成!

# 焼きそば



クセになる絶品焼きそば!

- 材料(1人分)
  - 蒸し麺.....1袋
  - 豚バラ肉.....80g
  - キャベツ.....1/6玉
  - 玉ねぎ.....1/4玉
  - 人参.....1/4本
  - しゃぶしゃぶのたれしょうゆ味.....大さじ4
  - 油.....適量
  - 水.....大さじ2
- 作り方
  - フライパンに油を熱し、豚バラ肉を炒める。
  - 適当な大きさに切った野菜を炒める。
  - 具材に火が通ったら麺、水を加えてさらに炒める。
  - 全体に火が通ったらたれを加えて具材に絡んだら完成!

# かつおのたたき



たっぷりの薬味とたれでさっぱりと!

- 材料(2~3人分)
  - かつおのたたき...400~500g
  - にんにく(スライス).....1.2片
  - 長ネギ(斜め切り).....1本
  - 大葉(千切り).....3枚
  - みょうが(千切り).....10g
  - しゃぶしゃぶのたれしょうゆ味.....適量
- 作り方
  - カツオをお好みの厚さで切る。
  - にんにくと薬味を全て乗せ、たれを回しかけて完成!

# サバの炊き込みご飯



炊飯器で簡単炊き込みご飯!

- 材料(3~4人分)
  - 米.....2合
  - サバ缶.....1缶
  - 水.....360ml
  - しゃぶしゃぶのたれしょうゆ味.....90ml
  - 大葉.....お好みで
- 作り方
  - 炊飯器に米・水・たれを入れてよく混ぜ、20~30分吸水させる。さらに半分に切り5分ほど氷にさらす。
  - ①の上にサバ缶の身を混ぜずに乗せ、炊飯する。
  - 炊き上がったら全体を混ぜて、刻んだ大葉をお好みで乗せて完成!

# ナスと鶏の揚げ浸し



もう一品足りない時にピッタリ!

- 材料(3~4人分)
  - 鶏もも肉.....300g
  - ナス.....2~3本
  - 油.....適量
  - 片栗粉.....適量
  - しゃぶしゃぶのたれしょうゆ味.....100ml
  - 水.....100ml
- 作り方
  - ナスを半分にし、表面に深さ5mmくらい斜めに切り込みを入れ、さらに半分に切り5分ほど氷にさらす。
  - 鶏肉は食べやすいサイズに切り、片栗粉をまぶす。
  - フライパンに多めに油を注ぎ、ナスを揚げ、次に鶏肉を揚げ焼きにする。
  - ポウルにAを混ぜ合わせ、③を入れて全体に馴染むように浸す。
  - 20~30分浸したら、小ネギを乗せて完成!