これぞご当地メシ！

vol.02
勝浦
タンタンメン©
【千葉県】

B-1グランプリで全国区に!
クセになる辛さのラーメン

海女さんや漁師さんが寒い海仕事の後に、
体を温めるメニューとして定着した「勝浦タンタンメン©」は、
ゴマ系ではなく、醤油ベースのラー油系スープが特長。
具材の基本はミジン切りの玉ネギと挽肉ですが、
ニンニク、ニラ、ネギを加えたり、
スープも味噌ベースだったりと、各店それぞれの
工夫を凝らしたメニューが楽しめます。

材料　2人分　＜一例＞

〈具〉					
玉ねぎ	1個	酒	大さじ1	中華麺	2玉
長ねぎ	1/2本	しょうゆ	大さじ1	しょうゆラーメンスープの素（小袋）	2袋
豚ひき肉	100g	ごま油	大さじ2	熱湯	適量
にんにく（すりおろし）	1かけ分	ラー油	大さじ2〜	ラー油	お好みで

01
玉ねぎは3cmほどの
角切りにします。

04
豚ひき肉に火が通ったら、
01と酒・しょうゆ・残りのごま油、
ラー油を加えて
玉ねぎがしんなりするまで
炒め合わせます。

02
長ねぎは白い部分は
白髪ねぎに、
緑色の部分は
小口切りにします。

05
ラーメンスープの素に
熱湯を加えて
熱々のスープをつくります。

03
フライパンにごま油大さじ1を熱し、
02の長ねぎの緑色の部分と
おろしにんにくを炒め合わせ、
よい香りが立ったら
豚ひき肉を入れて炒めます。

06
どんぶりに茹でた麺を盛り、
05のスープをかけ、
04の具をのせて
02の白髪ねぎを添え、
お好みでラー油をかけます。

まめ知識！

熱血!!勝浦タンタンメン船団

「勝浦タンタンメン©」を全国区にした、
まちおこし団体「熱血!!勝浦タンタンメン船団」。
2015年B-1グランプリ in 十和田ではゴールドグランプリを受賞。
勝浦市内・外に船団取扱店が約40店舗も。
右の赤いのぼり旗が目印です！「勝浦タンタンメン©」は
ONE勝浦企業組合が取得している地域団体商標です。

○公式ホームページ
http://katsutan-sendan.com/

協　　力：ONE勝浦企業組合
熱血!!勝浦タンタンメン船団
料理監修：自由ヶ丘クッキングスタジオ

美しい砂浜とリアス式海岸で有名な勝浦は、日本の渚百選にも選ばれた漁業のまち。400年以上続く朝市は、多くの観光客で賑わいます。

勝浦