

ワンパターンなんてもう言わせない！今すぐ始めよう『そうめん開き』

そうめんがごちそうになる時代がやってきた！100円だからココまでできる絶品レシピ！



皆さんこんにちは！ローソンストア 100 の『りんご』です。今月から、ローソンストア 100 のアツ〜い情報をどんどんお届けいたしますよ。ワタクシの仲間たちもたくさん登場するので、どうぞ仲良くしてくださいね。

さて、季節は徐々に夏へと向かっていますが、皆さんはもう始めましたか？「**そうめん開き**」。

あれ…。もしかして今、「何それ？」って言いました？ぬぬぬ…。ちょっと聞き捨てなりません。

それならばご説明しましょう。海開き・プール開きの前に始めておきたい夏への準備。それが「**そうめん開き**」なのです！

ローソンストア 100 では6月29日（木）19時より、東京カルチャーカルチャー（東京都渋谷区）にて「そうめん開き」のイベントを開催します。（イベント詳細 http://store100.lawson.co.jp/newentry/topics/detail/1299946_5006.html）。

それにあわせて動画を公開いたしました。<https://youtu.be/2Ke5Sw065V0>

■実に万能！ ローソンストア 100 のそうめん

ツルツルッと喉を通っていくそうめん。暑い夏の日にあの美味しさは格別ですよ。

なのに、「手抜き」って言われたり「ワンパターン」って思われたり、そうめんってちょっぴり評価が低い気が…。ワタクシみたいに見た目が地味だからでしょうか。（ほ、放っといってください…！）しかしながら、今年からはいつものそうめんが「**ごちそう**」に変わります。だって、ローソンストア 100 には**自慢の 100 円商品がたくさん！**手軽にアレンジができるから、「**また今日も？**」なんて言わせない絶品そうめんが簡単に楽しめちゃうのです。思わず「へ〜」と呟いてしまう、**超オススメレシピ**を4種類ご紹介しますよ。



■夏バテさんサヨウナラ！ 今日も元気に『朝そうめん（ネバネバ）』

「朝からそうめん！？」

・・・確かに、ワタクシも最初は思いました。

しかしながら、コレが一日の始まりによく合う味わい。

茹でたら具材をのっけるだけ！

簡単だから、忙しい朝にこそ食べてほしい『朝そうめん』なのです。



【材料（4人分）】

- VL そうめん(4束入) ●VL そうめんつゆ（ストレート） 300ml ●VL 小粒納豆(4パック入)
- VL 味付めかぶ(3パック入) ●VL とろり半熟トッピングたまご(4個入) 各 108円(税込)

材料費：合計 540円(税込) / 一人あたり 約 135円(税込)

【作り方】

- (1) そうめんはたっぷりの湯で茹で、よく水気を切ったら器に盛る。
- (2) 納豆とめかぶ、温泉たまごをのせめんつゆをかける。

・・・と、これだけ！

納豆&めかぶのネバネバが元気をくれて、とろりとした温泉たまごがたまりません。

食欲がないときでもスルスルッと食べられるので、朝からしっかりパワーチャージ。

個人的なオススメの食べ方はズバリ！「**具材を多めにいれる**」こと。

ローソストア 100なら、小粒納豆は4パック入り、味付めかぶは3パック入り、半熟たまごはなんと4個入りで、それぞれ**100円(税込 108円)！**。

好きな具材は迷わずたくさん入れて、**モリモリ食べるべし！**

■そうめんの新しい可能性みつけた！ エスニックな味わい『昼そうめん（缶詰）』

和風のそうめん、パクチーとガパオ。

さらにいわし蒲焼きの缶詰も・・・？

「どんな味なの？」と、想像もつかなくてちょっと不安に思いますよね。

ええ、わかります。

実はワタクシもそう思っていました。

しかし、食べてみてびっくり。コレが抜群の相性なのです！



【材料（4人分）】

- VL そうめん(4束入)
- VL そうめんつゆ (ストレート) 300ml
- SB きざみパクチー
- VL ゴロツとそのまツナ 1缶
- VL いわし蒲焼 1缶
- いなばガパオチキンバジル 1缶

各 108円(税込)

材料費：合計 648円(税込) / 一人あたり 約 162円(税込)

【作り方】

- (1) そうめんはたっぷりの湯で茹で、よく水気をきったら器に盛る。
- (2) 3種類の具材をそうめんの上へのせ、きざみパクチーを適量添える。
- (3) めんつゆにつけてどうぞ！

風味豊かな和風だしの中から鼻に抜けるパクチーの香り。そこにガパオといわしの缶詰がよく合い、満足感が一気に広がります。

一口食べればクセになる！ こんなそうめん今まで食べたことあったかな・・・？ ワタクシ新しい発見をしてしまいました。

■ビールに合うそうめん？『夕そうめん（ソーミンチャンプルー風）』

ガーリックソルトの香りが食欲をそそります。おつまみにもピッタリだから、ビールの用意もお忘れなく！ ランチョンミートが食べ応えあって、お子さんも大喜びですよ～。



【材料（4人分）】

- VL そうめん(4束入) ●SBマジックガーリックソルト ●オルキデ EXV オリーブオイル
- ノザキランチョンミート 2袋 ●VLキャベツ野菜炒め(カット野菜) 1袋 ●青ネギ 1本

各 108円(税込)

材料費：合計 756円(税込)／一人あたり 約 189円(税込)

【作り方】

- (1) そうめんはたっぷりの湯で茹で、よく水気をきっておく。
- (2) ランチョンミートは食べやすい大きさに切る。
- (3) フライパンにオリーブオイルを中火で熱し(2)と野菜を炒め、火が通ったら(1)を加え炒めマジックソルト適量で味を整える。

■一日の終わりには優しい味わいを…『お夜食そうめん（梅と大葉）』

クーラーや冷たい飲み物でカチカチになった身体に、癒やしのそうめんをどうぞ。
ちよっぴりお腹が空いた時や、お酒を飲んだあとのシメにもオススメ！
一口食べれば、心がホッと落ち着く優しい味わいです。



【材料（4人分）】

- VL そうめん(4束入) ●ヤマキ長崎産焼きあごだし(14袋入) ●VL かつお梅干し
- 大葉 ●しょうが 各 108円(税込)

材料費：合計 540円(税込)／一人あたり 約 135円(税込)

【作り方】

- (1) そうめんはたっぷりの湯で茹で、よく水気をきっておく。
- (2) 鍋にお湯 600ml を沸かし、あごだしの素を 2 袋入れる。
- (3) 器にそうめんを入れ (2) を注ぎ、千切りにした大葉と生姜を盛り梅干しを添える。

4 種類のレシピいかがでしたか？

いつもの味もいいけれど、色々な驚きと発見があるアレンジそうめんは、魅力たっぷり。

今年のそうめんは、ワンパターンとは言わせませんよ。

是非このほかにも色々試して、自分だけのベストメニューを見つけてくださいね。



※ローソンストア100は、そうめんから生鮮食品までたくさんの食材を 100円(税込 108円)で取り揃えています。

それでは皆さん、ローソンストア100のお店でお待ちしています！

以上、りんごがお送りしました～。