

Preparing frozen noodles

冷凍麺の調理方法 冷冻面的料理方法



Frozen ingredient noodles 素材冷凍めん 素材冷冻面

1 Defrosting with hot water 湯せん解凍の場合 开水解冻时

Remove the frozen noodles from the freezer and place in boiling water (cannot be left to defrost naturally). Once the noodles have loosened, stir 2 or 3 times to break apart.

冷凍庫から冷凍めんをとりだし、沸騰湯に入れます(自然解凍不可)。型がくずれたらはしで2~3回ほぐしあげます。
从冷冻箱里面取出冷冻面,放进沸水中(不可自然解冻)。当面型松软下来之后,用筷子搅动2~3次。

Guide to defrosting times	解凍時間の目安	標準解凍時間
Udon Approx. 30 to 90 seconds	うどん 約30秒~90秒	乌冬面 約30~90秒
Soba Approx. 20 to 30 seconds	そば 約20秒~30秒	荞麦面 約20~30秒
Ramen Approx. 20 to 30 seconds	ラーメン 約20秒~30秒	拉面 約20~30秒
Spaghetti Approx. 20 seconds	スパゲッティ 約20秒	意大利实心面 約20秒
Pasta Approx. 20 to 30 seconds	パスタ 約20秒~30秒	意大利面 約20~30秒

Defrosting under running water 流水解凍の場合 流水解冻时

Remove the frozen noodles from the freezer and place under running water.

冷凍庫から冷凍めんをとりだし、流水にさらしてください。
从冷冻箱里面取出冷冻面,用流水解冻。

Guide to defrosting times	解凍時間の目安	標準解凍時間
Udon Approx. 3 to 4 minutes	うどん 約3分~4分	乌冬面 約3~4分钟
Soba Approx. 3 to 4 minutes	そば 約3分~4分	荞麦面 約3~4分钟
Chukamen Approx. 3 to 4 minutes	中華めん 約3分~4分	中式面 約3~4分钟
Pasta Approx. 3 to 4 minutes	パスタ 約3分~4分	意大利面 約3~4分钟

For cold dishes, cool the noodles in cold water immediately after heating to defrost.
* Be careful not to overheat.

冷しメニューの場合は加熱解凍後、素早く冷水で冷やしてください。

※加熱のしすぎに注意してください。

做凉拌面时,请在加热解冻后立即用冷水进行冷却。

※请注意防止过度加热。

2 Add the topping and soup of your choice.

お好みの具材、スープを盛り付けます。
加入您喜欢的菜肴和汤。



3 Create an authentic noodle dish quickly and easily.

簡単・スピーディに
本格めんメニューの出来上がり。
一碗正宗的面食就这样简单、便捷地做好了。



Frozen cooking noodles 調理冷凍めん 調理冷冻面

1 Remove the cooking noodles from the freezer and defrost (cannot be left to defrost naturally).

冷凍庫から調理めんをとりだし、解凍します(自然解凍不可)。
从冷冻箱中取出調理面并解冻(不可自然解冻)。

Defrosting in boiling water 熱湯を使用する場合 使用热水时

Place the unopened bag of frozen cooking noodles in boiling water and boil while turning over once or twice.

凍ったままの調理めんを袋をあげずに熱湯に入れ、1~2回反転させながら煮沸してください。

将冷冻状态的調理面不开袋放进热水中,翻动1~2次煮沸。

Guide to defrosting times	解凍時間の目安	標準解凍時間
1 serving portion Approx. 8 minutes	1食入 約8分	1份装 約8分钟
1 kg Approx. 14 to 16 minutes	1kg入 約14分~16分	1kg装 約14~16分钟

* Cooking times are guides.

Heat so that the center of the product is 75°C for 1 minute or longer.

※調理時間は目安です。

製品中心部が75°C1分以上になるよう加熱してください。

※以上为标准調理時間。

请将食品中心部加热至75°C并保持1分钟以上。

If using a microwave 電子レンジを使用する場合 使用微波炉时

Make sure to open 2 or 3 small holes in the bag of frozen cooking noodles then place on a plate and heat.

凍ったままの調理めんの袋に必ず小穴を2~3ヶ所あけ、皿の上のせて加熱してください。

必须在冷冻状态的調理面的袋子上开2~3个小孔,然后放在盘子上面加热。

Guide to defrosting times	解凍時間の目安	標準解凍時間
In a 600W microwave	出力600Wの場合	输出功率600W时
1 serving portion Approx. 3 to 4 minutes	1食入 約3分~4分	1份装 約3~4分钟
1 kg Approx. 15 minutes	1kg入 約15分	1kg装 約15分钟
In a 1,500W microwave	出力1,500Wの場合	输出功率1,500W时
1 serving portion Approx. 1.5 minutes	1食入 約1分30秒	1份装 約1分30秒
1 kg Approx. 5 to 6 minutes	1kg入 約5分~6分	1kg装 約5~6分钟

2 Ready to serve. After defrosting, fry briefly in a fry pan to further enhance the delicious flavor.

出来上がり。解凍後、フライパンでサッと炒めると、より一層おいしく召しあがれます。
解冻完成。随后,如果用炒锅稍微炒一下,吃起来则会更加美味可口。

