

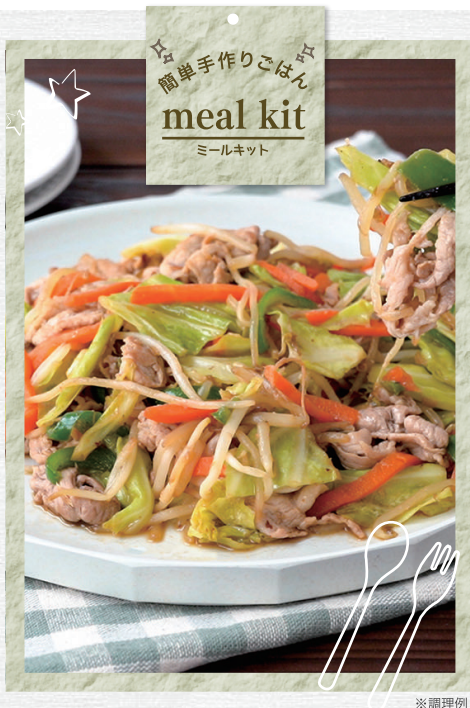
しょうが風味の肉野菜炒め

調理時間
約 **10**
min

2~3
人前

必ずお読みください

お届け後は10℃以下で保存し、お届け日を含む2日以内に調理してください。調理の際は具材の中心まで加熱してください。調理時にフライパンや電子レンジを使用する時はヤケド等に注意してください。調理後はお早めにお召上がりください。



※調理例

| | |
|------|---|
| 名称 | 食材セット(しょうが風味の肉野菜炒め) |
| 原材料名 | 【カット野菜】キャベツ(国産)、にんじん、ピーマン、しょうが 【豚肉こまぎれ】豚肉(国産)、(一部に豚肉を含む) 【緑豆もやし】緑豆(中国産) 【生姜焼のタレ】醤油(大豆(分別生産流通管理済み))(国内製造)、砂糖、生姜、生姜汁、発酵調味料(米、米こうじ、食塩)、食塩/酒精、増粘剤(キサンタンガム)、(一部に小麦・大豆を含む) |
| 内容量 | キャベツ 100g、にんじん 30g、ピーマン 20g、しょうが 4g 野菜の産地はカット野菜のバックに記載しております。 国産豚こま切れ 150g 1P、緑豆もやし(小袋) 100g 1袋 生姜焼のタレ 40g 1袋 |
| 消費期限 | 右下部記載 |
| 保存方法 | 要冷蔵(10℃以下で保存) |
| 加工者 | ふくいレインボーファーム(株) 福井県福井市高木中央3丁目101 |

栄養成分表示(1人前(177.6g)あたり)

| | |
|-------|----------|
| エネルギー | 275 kcal |
| たんぱく質 | 10.6 g |
| 脂質 | 21.4 g |
| 炭水化物 | 8.3 g |
| 食塩相当量 | 1.5 g |

※全体を2.5人前として計算しています。

※ご家庭でご用意頂くものは栄養成分表示に含まれません。

この表示値は、目安です。



4 582651 090150



外装フィルム
トレー



レシピ
ラベル



【ご用意頂くもの】

油 大さじ1
塩・こしょう 各少々

しょうが風味の 肉野菜炒め

作り方

1. 熱する前のフライパンにしょうがと大さじ1の油を入れて中火で炒め、香りが立ったら豚肉を炒めます。
2. 豚肉の色が変わったら、にんじん・ピーマン・キャベツを加え、塩・こしょうをして炒めます。
3. しんなりしたら、もやし・タレを加え、炒め合わせたら出来上がり。