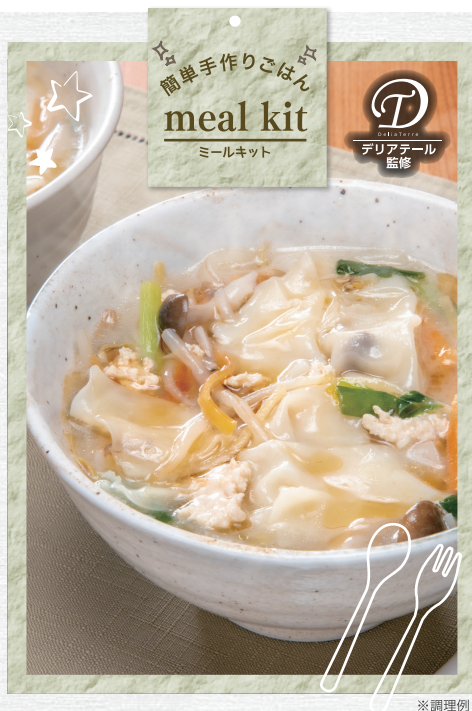


## 包まず簡単！食べるワンタン風おかずスープ



※調理例

栄養成分表示(1人前(223g)あたり)

|       |          |
|-------|----------|
| エネルギー | 192 kcal |
| たんぱく質 | 12.5 g   |
| 脂質    | 6.7 g    |
| 炭水化物  | 22.2 g   |
| 食塩相当量 | 1.2 g    |

この表示値は、目安です。

※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。

調理時間  
約 **15** 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し上がりください。

| 名称   | 食材セット (包まず簡単！食べるワンタン風おかずスープ)                                                                                                                                                                                                                                                               |
|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 原材料名 | 【ミックス野菜(ニラ野菜炒め用ミックス)】ミックス野菜(もやし(国産)、ニラ、ニンジン)【鶏肉】鶏肉(国産)、(一部に鶏肉を含む)【ぶなしめじ】ぶなしめじ(国産)【ギョーザの皮】小麦粉(国内製造)、食塩、砂糖／打ち粉(加工デンプン)、pH調整剤、(一部に小麦を含む)【液体スープ(チャンポンスープ)】ポークエキス(国内製造)、食用なたね油(分別生産流通管理済み)、食塩、醤油(大豆(分別生産流通管理済み))、昆布エキス、酵母エキス、砂糖、魚醤、オニオンパウダー、ガーリックパウダー、こしょう、チキンエキス、(一部に小麦・大豆・鶏肉・豚肉を含む)【生姜】生姜(国産) |
| 内容量  | 【ミックス野菜(ニラ野菜炒め用ミックス)】230g【鶏肉】100g【ぶなしめじ】100g【ギョーザの皮】1袋(15枚)【液体スープ(チャンポンスープ)】40g【生姜】13g                                                                                                                                                                                                     |
| 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                                                                                                                                                                                                                                                           |



鶏肉は解凍してお届けしていますので、翌日までにお召し上がりください。

外装フィルム  
トレーレシピ  
ラベル



【ご用意頂くもの】

水 600ml  
ごま油 適量

## 包まず簡単！ 食べるワンタン風おかずスープ

### 作り方

1. 深めの鍋に水(600ml)、ちゃんぽんスープを入れて中火で加熱し、ひと煮立ちさせます。
2. 鶏ミンチ、ミックス野菜、しめじ、生姜を加えて煮込み、キッチンペーパーなどで灰汁を取り除きます。
3. 餃子の皮を1枚ずつ沈めて重ならないように加え、弱火で2～3分煮ます。
4. ごま油(適量)を加え、器に盛り付けたら出来上がり。