

調理時間の目安 25分

◎キット内容

ココナッツミルク 200g
グリーンカレーペースト 30g
カフィアライムリーフ 1g
フィッシュソース 10g

◎用意する材料

鶏もも肉 200g
たけのこ水煮 100g
なす 1本(50g)
砂糖 小さじ1(3g)
水 200ml

◎つくり方

- ①鶏もも肉、たけのこ水煮は一口大、なすは乱切りにしておきます。
- ②鍋にココナッツミルクの約半分の量を入れます。弱火にかけ、へらで混ぜながら4～5分加熱します。
- ③油が浮いてきたら、グリーンカレーペーストを加え、なじませるように混ぜます。
- ④水200mlと残りのココナッツミルクを加え、中火にします。鶏もも肉、たけのこ水煮、なす、砂糖、カフィアライムリーフを加え、4～5分煮込みます。
- ⑤具材に火が通ったら、仕上げにフィッシュソースを入れます。

●追加具材はしめじとパプリカがおすすめです。
●鶏もも肉の代わりに白身魚でもお作りいただけます。

●ココナッツミルクはレトルトパウチ食品です。
●ココナッツミルクの特性上、ダメになったり固まったりすることがありますが、お使いいただいても差しつかえありません。手でほぐしてお使いください。

ご注意

●香辛料が入っており強い辛みが特長の製品です。小さなお子様、辛いものが苦手な方はお控えください。●カフィアライムリーフは香りづけのために加えておりますので取り出してお召し上がりください。●開封の際に袋や切り口で手指を切らないようご注意ください。●カフィアライムリーフには品質保持剤の袋が入っておりますが、この袋は食べられませんので、開封後はお捨てください。(この袋は空気にふれますと熱くなることがあります。)●調理中はその場所から絶対に離れないでください。また、お子様だけの取り扱いには避けてください。●調理およびお召し上がりの際はヤケドにご注意ください。●個包装開封後は保存できませんので、必ず一度に使い切ってください。●調理後はお早めにお召し上がりください。

外袋

個包装(ココナッツミルク)
個包装(グリーンカレーペースト)
個包装(フィッシュソース)
個包装(カフィアライムリーフ)



無印良品 手づくりカレーキット グリーン

名称	手づくりカレーキット
原材料名	【ココナッツミルク】ココナッツミルク/pH調整剤【グリーンカレーペースト】唐辛子、レモングラス、にんにく、パームシュガー、食塩、ホムデン、ガランガル、カビ、カフィアライムの皮、コリアンダー、クミン、ターメリック、(一部にえびを含む)【フィッシュソース】魚醤(魚介類)【カフィアライムリーフ】カフィアライムリーフ
殺菌方法	ココナッツミルクは気密性容器に密封し、加圧加熱殺菌
内容量	241g(ココナッツミルク200g、グリーンカレーペースト30g、フィッシュソース10g、カフィアライムリーフ1g)
賞味期限	表面上部に記載(開封前)
保存方法	直射日光・高温多湿の場所を避けて保存してください。
原産国名	タイ
輸入者	株式会社アライドコーポレーション 神奈川県横浜市青葉区あざみ野1-4-3
販売者	株式会社 良品計画 東京都豊島区東池袋4-26-3

本品に含まれるアレルギー

えび shrimp	魚介類 seafood
--------------	----------------

かに・小麦・乳成分・落花生を含む製品と共通の設備で製造していますので、ご注意ください。

万一商品に不都合な点がございましたら、下記お客様相談室又は、お買上げの店までお問い合わせください。お取り替えさせていただきます。

株式会社 良品計画

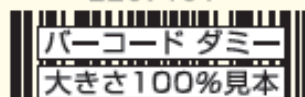
お客様相談室電話 0120-14-6404

インターネットアドレス <http://www.muji.com>

栄養成分表示(1袋241g当たり)

エネルギー	429kcal	炭水化物	13.5g
たんぱく質	6.6g	食塩相当量	5.4g
脂質	38.7g	この表示値は、目安です。	

2207131



4 550182 143270