

●ガバオペーストはレトルトパウチ食品です。

ご注意

●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。●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。

無印良品 手づくりキット
ガバオ(タイのホーリーバジル炒め)

●名称:手づくりキット ガバオ●原材料名:【ガバオペースト】ホーリーバジル、唐辛子、にんにく、大豆油、(一部に大豆を含む)【ガバオソース】魚醤(魚介類)、醤油、スイートソイソース(糖蜜、醤油、砂糖)、砂糖、オイスターソース、にんにく/増粘剤(加工デンプン)、カラメル色素、安定剤(キサンタンガム)、(一部に小麦・大豆・魚醤(魚介類)を含む)●殺菌方法:ガバオペーストは気密性容器に密封し、加圧加熱殺菌●内容量:70g(ガバオペースト40g、ガバオソース30g)●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 東京都文京区後楽2-5-1

本品に含まれるアレルギー

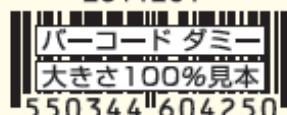
小麦 wheat	大豆 soybean	魚介類 seafood
-------------	---------------	----------------

えび・かに・卵・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。

万一商品に不都合がございましたら、お手数ですが現品と外装を保管の上、下記お客様相談室又はお買い上げの店舗までご連絡ください。お取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
www.muji.com

2311201



調理時間の目安 10分

◎キット内容

ガバオペースト 40g

ガバオソース 30g

◎用意する材料

鶏ひき肉 200g

卵 2個

油 大さじ1(15ml)

ごはん お茶碗2杯分

◎つくり方

①卵は半熟の目玉焼きにしておきます。

②フライパンを中火で熱して油を入れ、鶏ひき肉を炒めます。肉に火が通ったら、ガバオペーストを加えて1分炒めます。

※炒め時間を長くすると、より辛く仕上がります。

③ガバオソースを加えて、更に炒めます。

④ごはんに鶏ひき肉を添え、半熟目玉焼きをのせます。

栄養成分表示(1袋70g当たり)

エネルギー 110kcal 炭水化物 8.4g

たんぱく質 2.2g 食塩相当量 3.2g

脂質 7.5g この表示値は、目安です。



外袋
個包装(ガバオペースト)
個包装(ガバオソース)