

調理時間の目安 10分

◎キット内容

ラーブソース 20g
かやく(ハーブミックス) 1g
ラーブパウダー 7g

◎用意する材料

豚ひき肉 200g
玉ねぎ 中1/4個(50g)
小ねぎ 3本(15g)
水 大さじ4(60ml)
ごはん お茶碗2杯分

◎つくり方

- ①玉ねぎは薄切り、小ねぎは小口切りにしておきます。
- ②フライパンを中火で熱し、豚ひき肉と水60mlを入れ、ほぐしながら肉の色が変わり水気がなくなるまでよく加熱します。
- ③ボウルに豚ひき肉、玉ねぎと小ねぎ、ラーブソース、かやく(ハーブミックス)を入れて、よく混ぜます。
- ④更にラーブパウダーを加えて混ぜ、ごはんと一緒に盛りつけます。

●仕上げにミントをトッピングするとよりおいしくなります。

●追加具材はキャベツがおすすめです。

栄養成分表示(1袋28g当たり)

エネルギー	55kcal	炭水化物	10.8g
たんぱく質	1.8g	食塩相当量	2.7g
脂質	0.5g	この表示値は、目安です。	

外袋
個包装(ラーブソース)
個包装(ラーブパウダー)
個包装(ハーブミックス)

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

ラーブ(タイの香葉とライムの辛口そぼろ)

●名称:手づくりキット ラーブ●原材料名:【ラーブソース】魚醤(魚介類)、ライム果汁、にんにく、砂糖、食塩/pH調整剤、安定剤(キサンタンガム)、(一部に魚醤(魚介類)を含む)【ラーブパウダー】炒りもち米、唐辛子、レモングラス【ハーブミックス】コリアンダー、スイートバジル●内容量:28g(ラーブソース20g、ラーブパウダー7g、ハーブミックス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 東京都文京区後楽2-5-1

本品に含まれる
アレルゲン

魚介類
seafood

えび・かに・小麦・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。

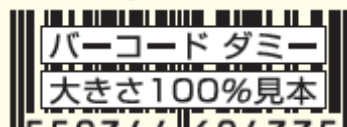
万一商品に不都合がございましたら、お手数ですが現品と外装を保管の上、下記お客様相談室又はお買い上げの店舗までご連絡ください。お取替えさせていただきます。

株式会社 良品計画

お客様相談室電話 0120-14-6404

www.muji.com

2312121



4 550344 604335