

調理時間の目安 25分

◎キット内容

下味ソース 40g

煮込みソース 78g

◎用意する材料

豚肉(カレー用) 250g

卵 1個

小松菜 4株(200g)

水 100ml

ごはん お茶碗2杯分

◎つくり方

①小松菜は5cm幅に切り、卵はゆで卵にしておきます。

②豚肉に下味ソースをもみ込んで、中火で熱したフライパンで焼き目がつくまで炒めます。

③その中に煮込みソースと水100ml、ゆで卵を加え、時々かき混ぜながら5分煮込みます。

※煮込み時間を長くするとお肉がより柔らかくなり、味も染み込みやすくなります。

④小松菜を加え、更に3分煮込みます。

⑤ごはんには煮込んだ豚肉と小松菜、ゆで卵を半分に切ったのせ、煮汁をお好みの量かけて、お召し上がりください。

栄養成分表示(1袋118g当たり)

エネルギー 188kcal 炭水化物 21.1g

たんぱく質 3.9g 食塩相当量 8.4g

脂質 9.8g この表示値は、目安です。



外袋
内袋(下味ソース)
内袋(煮込みソース)

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を避けてください。●調理時にソース等がはねるおそれがありますので、ヤケドにご注意ください。●個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

ルーローハン(台湾の豚肉甘辛スパイス煮)

●名称:手づくりキット ルーローハン●原材料名:【煮込みソース】しょうゆ(国内製造)、還元水あめ、ぶどう糖果糖液糖、たん白加水分解物、オイスターソース、五香粉、オニオンエキス、ポークエキス、清酒、食塩、酵母エキス、ジンジャーエキス/カラメル色素、酒精、増粘剤(キサンタン)、酸味料、(一部に小麦・大豆・豚肉を含む)【下味ソース】なたね油、しょうゆ、食塩、ぶどう糖果糖液糖、しょうが、にんにく、五香粉、唐辛子/酒精、増粘剤(キサンタン)、(一部に小麦・大豆を含む)●内容量:118g(煮込みソース:78g、下味ソース:40g)●賞味期限:表面上部に記載●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。●販売者:株式会社良品計画 東京都豊島区東池袋4-26-3

製造所:ヤマモリ株式会社 桑名工場
三重県桑名市森忠465-4

本品に含まれるアレルゲン

小麦 wheat	大豆 soybean	豚肉 pork
-------------	---------------	------------

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。

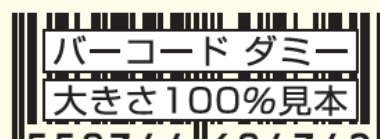
万一商品に不都合な点がございましたら、下記お客様相談室又は、お買上げの店までお問い合わせください。お取り替えさせていただきます。

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>

2206212



4 550344 604342