

## 調理時間の目安 20分

### ◎キット内容

鍋用スープ 1人前×4袋

### ◎用意する材料(1人前)

牛乳 200ml

白身魚(たら) 1切(70g)

キャベツ 1枚(50g)

トマト 1/4個(50g)

ブロッコリー 2房(30g)

玉ねぎ 中1/4個(50g)

しめじ 1/4株(30g)

### ◎つくり方

①材料は食べやすい大きさに切っておきます。

②鍋に本品1袋と牛乳を入れてよくかき混ぜ、火にかけます。

※沸騰させすぎると牛乳が分離しやすくなります。

③煮えにくい具材から順に入れて、火が通ったら出来上がりです。

- しめじには、パスタやごはんがおすすめです。
- 具材に、鶏もも肉やかぼちゃなどを加えても、おいしく召し上がれます。

### 鍋の素でつくるアレンジレシピ



エビクリームパスタ



パエリア風炊き込みごはん



つくり方はこちらで紹介しています



### 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。
- 調理およびお召し上がりの際は、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 ひとり分からつくれる鍋の素 ビスク鍋

●名称:鍋用スープ●原材料名:トマトペースト(ポルトガル製造、イスラエル製造)、砂糖、食塩、香味食用油、えびエキス、チキンエキス、オニオンパウダー、アメリカンソース、バター加工品、醸造酢、にんにく、酵母パウダー、セロリー末/酒精、着色料(カラメル色素、パプリカ色素)、酸味料、(一部にえび・小麦・乳成分・大豆・鶏肉を含む)●内容量:132g(33g×4袋)●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ギー

えび shrimp	小麦 wheat	乳成分 milk	大豆 soybean	鶏肉 chicken
--------------	-------------	-------------	---------------	---------------

かに・卵・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33g当たり)

エネルギー	82kcal	炭水化物	10.2g
たんぱく質	1.7g	食塩相当量	3.0g
脂質	3.8g	この表示値は、目安です。	

2207011



4 550512 650041