

◎調理方法

ソースを取り出し、小袋のまま流水で解凍しておきます。

①フライパンに油小さじ2杯をひいて中火にかけ、凍ったままのムキエビを入れて約1分炒めます。

②レモン以外の野菜を凍ったまま入れて、蓋をして約5分炒めます。

(時々具材を混ぜて焦げないように炒めてください。)

③ソースとレモンを加え全体を混ぜたら、弱火で約30秒炒めます。

ご注意

- 電子レンジは使用しないでください。
- 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。
- 冷凍庫(−18℃以下)で保存してください。
- いったん解けたものを再凍結すると、味、品質が変わることがあります。
- 加熱のしすぎは、煮崩れ、コゲつき等の原因になるのでご注意ください。
- 冷蔵庫での保存、解凍はお避けください。
- 解凍、調理後はお早めにお召し上がりください。

(冷凍食品) 無印良品 フライパンでつくるミールキット 海老のレモンソテー

名 称	海老のレモンソテーセット
原 材 料 名	【具材】ブロッコリー(中国)、ボイルエビ[エビ(バナメイエビ)(タイ)、食塩]、ヤングコーン(ベトナム)、レモン(トルコ)、(一部にえびを含む) 【ソース】還元水あめ、食塩、レモン果汁、酵母エキス、大豆油、こしょう、寒天、香味食用油、赤唐辛子／酒精、着色料(カラメル、パプリカ色素)、増粘剤(キサンタンガム)、(一部に小麦・大豆を含む)
内 容 量	260g(ブロッコリー90g、ボイルエビ60g、ヤングコーン60g、レモン10g、ソース40g)
賞 味 期 限	表面上部に記載(開封前)
保 存 方 法	−18℃以下で保存してください。
凍結前加熱の有無	加熱してありません。
加熱調理の必要性	加熱してお召し上がりください。
販 売 者	株式会社良品計画 東京都文京区後楽2-5-1

加 工 所 株式会社三水フーズ 美し国伊勢本社工場 三重県伊勢市下野町517-4

原材料配合割合:エビ22%、レモン3%(仕込み時)

本品に含まれる アレルギー	えび shrimp	小麦 wheat	大豆 soybean
------------------	--------------	-------------	---------------

栄養成分表示
(1袋260g当たり)

エネルギー	127kcal
たんぱく質	9.9g
脂質	1.6g
炭水化物	21.1g
ー糖質	15.6g
ー食物繊維	5.5g
食塩相当量	4.7g

この表示値は、目安です。

かに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

