

◎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、凍ったままの豚肉を入れて約2分炒めます。
- ②残りの具材を凍ったまま加え、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ソースを加えて全体を混ぜたら、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 豚肉のガーリックソテー

名 称	豚肉のガーリックソテーセット
原 材 料 名	【具材】豚肉唐揚げ[豚肉(アメリカ)、しょうゆ、酵母加工品、食物繊維、衣(馬鈴薯でん粉、小麦粉、でん粉加工品、乾燥全卵、脱脂粉乳)、揚げ油(大豆油)]、ブロッコリー(中国)、揚げナス(ナス、パーム油)、ヤングコーン、赤ピーマン/加工デンプン、重曹、(一部に小麦・卵・乳成分・大豆・豚肉を含む) 【ソース】還元水あめ、食塩、オリーブ油、ローストガーリックパウダー、酵母エキス、オニオンパウダー、こしょう、フライドオニオンパウダー、オレガノ/酒精、増粘剤(加工デンプン、キサンタンガム)、カラメル色素、(一部に小麦・大豆を含む)
内 容 量	300g(豚肉唐揚げ70g、ブロッコリー55g、揚げナス55g、ヤングコーン50g、赤ピーマン30g、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:豚肉12%、ローストガーリックパウダー0.5%(仕込み時)

本品に含まれる アレルギー	小麦 wheat	卵 egg	乳成分 milk	大豆 soybean	豚肉 pork
------------------	-------------	----------	-------------	---------------	------------

栄養成分表示 (1袋300g当たり)	
エネルギー	411kcal
たんぱく質	13.8g
脂質	26.1g
炭水化物	33.0g
-糖質	27.6g
-食物繊維	5.4g
食塩相当量	3.7g
この表示値は、目安です。	

えび・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

