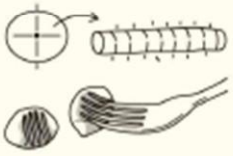
調理時間の目安 20分

◎材料（出来上がり約330g（2〜3人前））
ニョッキミックス……1袋（150g）
水……180ml
サラダ油……小さじ1（5ml）

◎つくり方
①ボウルにニョッキミックス1袋、水180ml、サラダ油小さじ1（5ml）を入れて、生地がひとまとまりになるまで手で混ぜ合わせます。
②①の生地を4等分にします。それぞれ25cm程度の棒状に伸ばし、10個程度に切り分けます。
③切り分けた生地を手で丸めて、フォークで表面に溝をつけます。
④鍋にたっぷりのお湯を沸かし、ニョッキを入れ、くっつかないように箸などでやさしくかき混ぜ、中火でゆでます。（目安：3分30秒）
⑤浮き上がってきたものから、穴あきおたま等ですくいあげて水気を切ります。お好みのソース（目安量：130〜150g）と合わせてお召し上がりください。



●合わせるソースは、トマト系やチーズ系がおすすめです。
●ゆでたニョッキは、グラタンやサラダに、ショートパスタの代わりとしてお使いいただいても、おいしく召し上がれます。


調理例

●製品中に黒い粒などが見られることがありますが、ポテトパウダーに由来するものです。

ご注意
●小さなお子様や、ご年配の方が召し上がる際には、喉に詰まらせないようにご注意ください。●開封の際に中身が飛び散ることがありますので、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、お子様だけで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。●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 自分でつくる じゃがいものニョッキ

名　　称	ニョッキミックス
原材料名	ポテトパウダー（国内製造）、小麦粉、食塩／グリセリン脂肪酸エステル、ピロリン酸二水素二ナトリウム、クエン酸、（一部に小麦を含む）
内 容 量	150g
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。
販 売 者	株式会社良品計画　東京都文京区後楽2−5−1

製 造 所　昭和産業株式会社　千葉県船橋市日の出2−20−2

本品に含まれるアレルゲン　小麦 wheat

栄養成分表示（1袋150g当たり）			
エネルギー	537kcal	炭水化物	114.3g
たんぱく質	15.3g	食塩相当量	1.6g
脂質	2.1g	この表示値は、目安です。	

卵・乳成分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

2607291

4 550723 666268