

# 添付資料(1) 食物アレルギー配慮レシピ『夏のアウトドアメニュー』

「夏休みに家族や友人と楽しむ『夏のアウトドアメニュー』」をテーマに、4社商品を使用し5品のレシピを開発しました。

## ●パクっとひと口！カラフル夏カレー



材料:4皿分	分量
特定原材料7品目不使用 パーモントカレー<中辛>(ハ)	2袋(72g)
みんなの食卓「小さな シェウエッセン」(ニ)	2袋(170g)
玉ねぎ	中1・1/3個(270g)
なす	2本(160g)
ズッキーニ	1/2本(100g)
パプリカ(黄)	1/3個(50g)
トマト	中1/2個(75g)
サラダ油	大さじ1
水	550ml

### 【作り方】

①	玉ねぎ、なす、ズッキーニ、パプリカ、トマトは1.5cm角に切る。
②	厚手の鍋にサラダ油を熱し、玉ねぎをしんなりするまで炒めたら、なす、ズッキーニ、パプリカを加えて軽く炒める。
③	水、トマトの半量を加え、沸騰したらあくを取り、シェウエッセンを加えて、具材が柔らかくなるまで、弱火～中火で約5分煮込む。
④	いったん火を止め、パーモントカレーを少しずつ振り入れて溶かし、再び弱火で時々かき混ぜながら約5分煮込む。
⑤	最後に残りのトマトを加えてひと煮立ちさせる。

注)メニューレシピ内の( )は企業名の略称です。

- (オ) オタフソース株式会社
- (永) 株式会社永谷園
- (ニ) 日本ハム株式会社
- (ハ) ハウス食品株式会社

## ●ポテト入り焼きそば



材料:4人分	分量
みんなの食卓「米粉めん」(ニ)	4パック
じゃがいも(一口大にカットして下茹でする)	2個
みんなの食卓「ポークウイニー」(ニ) (斜め半分にかット)	2袋
キャベツ(ざく切り)	160g
玉ねぎ(薄切り)	100g
にんじん(いちょう切り)	60g
ピーマン(細切り)	2個
塩・こしょう	少々
サラダ油	大さじ2
お好みソースあじわいやさしい(オ)	140～150g
A-Label(エー・ラベル)ふりかけ おかか(永)	8g

### 【作り方】

①	鉄板(またはフライパン)にサラダ油を熱し、じゃがいもを炒め、表面に焼き色がついたら取り出し、お好みソースあじわいやさしいを適量からめておく。
②	鉄板にポークウイニー、キャベツ、玉ねぎ、にんじん、ピーマンを入れて全体に火が通るまで炒める。自然解凍した米粉めん、残りのお好みソースあじわいやさしいを加えて炒め、塩・こしょうで味を調える。
③	①のじゃがいもを加え、軽く炒める。
④	器に盛り、A-Label(エー・ラベル)ふりかけ おかかをかける。

## ●鮭マヨ焼きおにぎり



### 【使用商品】

- ・1歳からのノンエッグマヨ(オ)
- ・A-Label(エー・ラベル)ふりかけ 鮭(永)

## ●プチ贅沢なホットバーガー



### 【使用商品】

- ・みんなの食卓「お米で作ったまるいパン」(ニ)
- ・みんなの食卓「ハンバーグ」(ニ)
- ・みんなの食卓「ハーフベーコン」(ニ)
- ・1歳からのノンエッグマヨ(オ)

## ●ホットベーコンサンド



### 【使用商品】

- ・みんなの食卓「お米で作ったしかくいパン」(ニ)
- ・みんなの食卓「ハーフベーコン」(ニ)
- ・1歳からのノンエッグマヨ(オ)