

オリエンタルピラフ



【材料(約1人分)】

アルファ米(白飯)
1パック(1パック1人分)
チキンブイヨン
160ml
チリインオイル
小さじ1
豆板醤
小さじ1
冷凍ミックスベジタブル
50g
卵(目玉焼き用)
1個
レタス
1/2枚
トマト
5g

【写真は盛り付け例です】

【作り方】

- ①アルファ米にチキンブイヨン160mlを加え、商品の裏面に記載されている通りに作る。
- ②チリインオイルと豆板醤を各小さじ1ずつ①に入れ、混ぜ合わせる。
- ③フライパンに②とミックスベジタブルを入れ一緒に炒め、塩、コショウで味を調えお皿に盛り付ける。
- ④トッピングの目玉焼き、レタス、トマトを飾り完成♪

キノコのライスボール トマトソース添え



【材料(約1人分)】

アルファ米(白飯)
1パック(1パック1人分)
ミネストローネスープ
1パック(1パック1人分)
チキンブイヨン
160ml
マッシュルーム
2個
シメジ
1/10パック
エノキタケ
1/10パック
パルメザンチーズ
10g
パン粉付け用(以下適量)
小麦粉・卵・パン粉(細目)

【写真は盛り付け例です】

【作り方】

- ①アルファ米にチキンブイヨン160mlを加え、商品の裏面に記載されている通りに作る。
- ②マッシュルーム、シメジ、エノキタケをバターでソテーし、塩、コショウで味を調え①に入れる。パルメザンチーズも入れて混ぜ合わせ、食べやすい大きさの団子を作る。
- ③小麦粉、卵、パン粉の順に衣を付け、180℃の油で色よく揚げ、油を切っておく。
- ④ミネストローネスープをミキサーに入れ攪拌し、鍋に入れ弱火で温める。
- ⑤お皿に④のソースを入れ、③のライスボールを盛り付けて完成♪



チキンピラフのミルフィーユドリア



【写真は盛り付け例です】

【材料(約1人分)】

チキンライス
1パック(1パック1人分)
水(またはお湯)
160ml
ホワイトソース
100g
ジャガイモ
1/2個
ナス
1本
トマト
1/2個
ミックスチーズ
30g
パルメザンチーズ
少々

【作り方】

- ①チキンライスに水またはお湯160mlを加え、商品の裏面に記載されている通りに作る。
- ②ジャガイモは皮を剥き、8mmのスライスにして、ソテーする。ナスは1cmのスライスにし、ソテーする。トマトは1cmのスライスにする。
- ③グラタン皿にバターを塗り、①のチキンライスを半量入れ、②のジャガイモ、ナス、トマトの順でチキンライスの上に並べて残りの①をかぶせ、ホワイトソースを流し込みミックスチーズとパルメザンチーズを載せる。
- ④③を200℃で約10分加熱し、焼き色が付けば完成♪

簡単レアチーズケーキ



【写真は盛り付け例です】

【材料(約8人分)】

ビスケット
75g(1缶8人分)
クリームチーズ
200g
グラニュー糖
60g
生クリーム35%
200g
レモン汁
40g

【作り方】

- ①ビスケットを細かく砕いて約9gずつ器に入れる。
- ②クリームチーズを常温に置いて柔らかくしておく。(固い場合は電子レンジにかける)
- ③生クリームとグラニュー糖を合わせて八分立てのホイップクリームを作る。
- ④ボウルに②のクリームチーズを入れ、③のホイップクリームを1/3合わせて、ホイッパーでなじませる。
- ⑤④に残りの③を入れゴムベラで合わせる。
- ⑥レモン汁を入れ合わせたら、①の器に流し冷蔵庫で冷やし固めれば完成♪

