



おいしく・健康的に 食べよう
Kitchen Smile
OFFICIAL RECIPE SITE



Copyright (C) Kansai Super Market Ltd. All Rights Reserved.



当社自慢の品「ふんわり鶏だんご」を使った 和風パスタ



一人あたりのエネルギー 614kcal	食塩相当量 3.0g	調理時間 約15分
-------------------------------	----------------------	---------------------

この表示値は目安です

■材料 (1人分)

当社自慢の品 ふんわり鶏だんご……4個
ぶなしめじ …………… 30g
まいたけ …………… 30g
エリンギ …………… 30g
パスタ …………… 100g
めんつゆ …………… 大さじ2
水 …………… 250ml
大葉 …………… 2枚

■作り方

- ①ぶなしめじ、まいたけ、エリンギは食べやすい大きさに切る
- ②耐熱容器に①、パスタ、ふんわり鶏だんご、めんつゆ、水を入れ、ふんわりラップをして600Wの電子レンジで4分加熱する
- ③一度取り出して全体を混ぜ、ラップをせずにさらに600Wの電子レンジで4分程度加熱する
- ④全体を混ぜ合わせたら皿に盛付け、きざんだ大葉をのせる

cooking memo