

# あかうおのさんしょうみそ ~やわらかあいディッシュ アレンジレシピ~



## ■材料【1人分】

やわらかあいディッシュ あかうお	酒	1g
44g(1パック)	砂糖	0.5g
みそ	粉さんしょう	少々
みりん	2g	
	1g	

## ■作り方

- ①やわらかあいディッシュ あかうおはパッケージに記載されている方法で温める。
- ②耐熱容器にみそ、みりん、酒、砂糖を混ぜ合わせ、ラップをして電子レンジでひと煮立ちさせる。
- ③器に①を盛り付け、②を塗り、粉さんしょうを振る。

## ♪ワンポイントアドバイス

仕上げに表面をガスバーナーであぶるのもおすすめです。

## ！ご注意！

- 召し上がる方の咀嚼や嚥下状態に合わせてご提供ください。
- たれを電子レンジで加熱後する際は、容器も熱くなっておりますので、やけどなどにご注意ください。

## ■使用製品



やわらかあいディッシュ あかうお

## 栄養成分値(1人分)

エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)
92	4.7	6.8	2.9
ナトリウム (mg)	カリウム (mg)	リン (mg)	食塩相当量 (g)
234	128	39	0.6

日本食品標準成分表2015年版(七訂)で計算