

ブロッコリーサラダ ~マクトンゼロパウダーを使ったレシピ~



■材料【1人分】

ブロッコリー	30g
ほたて貝柱(水煮缶詰)	10g
マクトンゼロパウダー	6g
マヨネーズ	8g

■作り方

- ① ブロッコリーは一口大に切って茹でる。
- ② ほたて貝柱はほぐしておく。
- ③ ボウルにマクトンゼロパウダー、マヨネーズを入れて混ぜ合わせ、①、②を加えて和える。

♪ワンポイントアドバイス

マクトンゼロパウダーを使用することで、手軽にエネルギーアップができます。

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)
121	3.7	11.0	3.6
ナトリウム (mg)	カリウム (mg)	リン (mg)	食塩相当量 (g)
101	164	52	0.3

日本食品標準成分表2020年版(八訂)で計算
弊社商品は商品パッケージの栄養成分表示から計算

■使用製品



マクトンゼロパウダー