

## レンジで簡単♪きのこの和風ライスパスタ



🕒 調理時間：10分 🍲 調理法：電子レンジ 🔥 カロリー：420kcal 🧂 塩分：2.5g

具材を全て耐熱容器に入れてレンジだけの簡単調理で完成！  
洗い物も少なくランチにもピッタリなレシピです。

パスタをゆでる必要もなく！簡単に、もちもち食感のパスタが出来ます！  
ライスパスタの電子レンジでのゆで方

### 使用商品 ライスパスタ

お米100%にこだわったお米100%ならではの上品な香りともっちり食感  
が特徴のお米の魅力が詰まったライスパスタです。小麦・食品添加物  
不使用・玄米入りです。



### 材料 1人前

ライスパスタ：1/3袋（約80g）  
ハーフベーコン：2枚  
お好みのきのこ：1パック（約100g）（しめじ、えのき、エリンギなど）  
青ねぎ（小口切り）：適量  
■調味料  
【A】水：180cc  
【A】濃口醤油：大さじ1/2（9g）  
【A】鶏がらスープの素（顆粒）小さじ1/2（約1.25g）  
【A】にんにくチューブ1cm（約1g）  
オリーブオイル：大さじ1/2（約6g）

### 作り方

- （1）きのこは石づきを取り、ほくしておく。  
ベーコンは細切りにする。
- （2）耐熱容器に【調味料A】を入れて混ぜ、ライスパスタを半分に折って入れる。
- （3）きのこ・ベーコン・オリーブオイルを加え、ふた（またはラップ）をし、電子レンジで加熱する。  
（目安時間：500W 4分、600W 3分20秒）  
電子レンジでの加熱時間は機種によりしますので、お使いの機種によって調整してください。
- （4）やけどに気を付けながら、ふたを取り、軽く全体を混ぜたら再びふたをして電子レンジで加熱する。  
（目安時間：500W 4分、600W 3分20秒）
- （5）再びやけどに気を付けながらふたを取って全体を混ぜ、青ねぎのをトッピングしたら完成♪