

ミッキー・マウス/ライスヌードルミートソースパスタのレシピ



🕒 調理時間：15分 🍳 調理法：お鍋 🔥 カロリー：512kcal 🧂 塩分：2.7g

調味料も材料もすべてグルテンフリーにこだわったレシピです。お米の優しい甘味は、ミートソースとの相性もぴったり。少し甘めでお子さまも食べやすい味に仕上げました。

使用商品

ミッキー・マウスライスヌードルパスタ

ミッキー・マウスの顔の形をしたグルテンフリーのパスタです。
お米にこだわり、もっちりとした食感が楽しめるライスヌードルシリーズです。

© Disney



材料 2人前

ミッキー・マウス/ライスヌードル
パスタ：1袋（150g）
合いびき肉：150g
ミニトマト：7個
パセリ：適量

【調味料A】
ウスターソース：大さじ2.5（45g）
トマトケチャップ：大さじ2.5（45g）
豆乳：大さじ1（15g）
砂糖：小さじ1.5（4.5g）
黒こしょう：少々

作り方

- (1) ミニトマトは半分に切り、パセリはみじん切りにしておく。
- (2) ライスパスタは10分ゆでて湯切りをする。

ライスパスタのゆで方について詳しく解説

- (3) 耐熱容器に合いびき肉とミニトマト・【調味料A】の材料を加えて良く混ぜる。
ラップをせずに電子レンジで加熱する。
【500W/約10分 or 600W/約8分】
途中で一度取り出して混ぜる。
- (4) ゆでたライスパスタを器に盛り、ミートソースをかけ、パセリをトッピングする。

- (5) 注意
このレシピは特定原材料8品目（卵、乳、小麦、えび、かに、そば、落花生、くるみ）を含まない材料を使用したメニューです。
お手元の材料、調味料によってはこれらの8品目のアレルギーが含まれることがありますので、原材料表示を確認するなど充分ご注意ください。
食物アレルギーは個人差が大きく、症状には充分ご注意の上、個々のアレルギーの状態に合わせてご利用ください。