

## 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



TM © Disney

🕒 調理時間：10分 🍳 調理法：電子レンジ 🔥 カロリー：433kcal 🧂 塩分：2.6g

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。少し甘めのお子様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/冷凍ライスヌードルパスタ



## 材料 1人前

冷凍 ミッキー・マウス/ライスヌードル  
パスタ：1袋 (160g)  
合いびき肉：80g  
ミニトマト：4個  
調味料A  
【A】トマトケチャップ：大さじ2 (30g)  
【A】ウスターソース：大さじ1 (18g)

トッピング  
パセリ：適量

## 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)  
耐熱容器に合いびき肉・ミニトマト・【調味料A】を加えて良く混ぜる。  
ラップをして電子レンジで加熱する。  
【500W：約3分30秒 or 600W：約3分】  
途中で一度取り出し混ぜてください。
- (3)  
ライスヌードルパスタを温めておく。(基本の調理方法参照)  
電子レンジの場合  
凍ったままのライスパスタを外袋から取り出し、内袋ごと表示がある面を上にしてレンジ対応の皿にのせ、レンジ加熱してください。  
【500W：約3分20秒 or 600W：約2分50秒】  
加熱後、ほぐれにくい場合は水洗いしてください。  
ゆでる場合  
凍ったままのライスパスタを外袋から取り出し、内袋をはずしてください。  
沸騰したたっぷりのお湯に入れ、再沸騰後約1分加熱し、湯切りしてください。  
ソースがよく絡むライスパスタですので、食塩を入れる必要はございません。  
加熱後すぐに調理しない場合は、水洗いして頂くことをおすすめしています。
- (4)  
器にパスタを盛りつけ、上から2をかける。  
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。