

## 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。