

⚠ 「サニーレタス又葉野菜」代替についてのご案内

供給量の大幅な減少により、必要数量確保が非常に困難な状態となったため、下記食材をご用意しお届けさせていただきました。お客様には何卒ご事情、ご理解賜りますようお願い申し上げます。

メニュー	代替食材	分量(左から2人用、3人用、4人用)
9/17(火)楽プチ	千切りキャベツ	100g、150g、200g

代替献立内容 : ハムとミニトマトのサラダ

☆二重線 で印した箇所が代替食材に変更した箇所となります。

- ・チキンときのこのコトコトシチュー…白丸○の番号です
- ・ハムとミニトマトのサラダ……………黒丸●の番号です

作り方

- ① ジャガイモ、人参…小さめの乱切り→さっと水にくぐらせて耐熱器にのせ、ラップをかけて電子レンジ加熱(目安として2人用約3分)
- ② ぶなしめじ…根元を切り、食べやすくほぐす
玉葱…くし形切り
- ③ 鶏肉…ポリ袋に入れて塩、こしょうする→小麦粉を加えてポリ袋の口を持って軽く振り、全体にまぶす
- ④ 鍋にバターを熱して鶏肉を焼き、①、②を加えて炒める。水を加えて煮立ったらアクを取り、蓋をして中火で煮る(目安として2人用約5～8分)。
- ⑤ コーン…ラップで包み、電子レンジ加熱(目安として20g約50秒)
ミニトマト…くし形切り
ハム…短冊切り
キャベツ…スライサー(薄切り用)でせん切り
- ⑥ ⑤を盛り、お好みのドレッシングをかける。
- ⑦ ④に火が通ったら、火を止めてシチューミックスを加えて混ぜ、再び弱火にかけ、こしょうを振る。

③に使用する調理用材料の分量(左から2人用、3人用、4人用)

- ・塩…小1/4、小1/3、小1/2
- ・こしょう…少々、少々、少々
- ・小麦粉…大1/2、大2/3、大1

④に使用する調理用材料の分量(左から2人用、3人用、4人用)

- ・バター又マーガリン…大1/2、大2/3、大1
- ・水…500ml、700ml、1000ml

⑥のお好みのドレッシングの分量(左から2人用、3人用、4人用)

- ・お好みのドレッシング…適量、適量、適量

⑦に使用する調理用材料の分量(左から2人用、3人用、4人用)

- ・こしょう…少々、少々、少々