

ハムとアボカドの 冷製パスタ



食物アレルギー
配慮レシピ



材料 (4人分)

米粉めん (パスタタイプ)	4食分
みんなの食卓「上級ロースハム」(日)	2パック
ミニトマト	20個
オリーブオイル	大さじ4
食物アレルギー対応 洋風だし (顆粒)	4~6g
アボカド	100g
塩	少々
粗挽きこしょう	少々
レモン	4切れ
パセリ	少々
「1歳からのノンエッグマヨ」(オ)	お好みで



作り方

- ① 米粉めんは、パッケージ記載の方法で調理し、水につけて冷やす。ロースハムは食べやすい形に切る。ミニトマトは4等分に切る。アボカドは2cm角に切る。
- ② ボウルに、オリーブオイルと食物アレルギー対応 洋風だし (顆粒) を入れて混ぜ、切ったミニトマトを加えてなじませる。
- ③ ②のボウルに、ロースハムと米粉めん、お好みで1歳からのノンエッグマヨを加えて混ぜる。塩・粗挽きこしょうで味を調える。
- ④ ③をお皿に盛り、アボカドを乗せ、レモンとパセリを添える。

注)

- メニューレシピ内の()は企業名の略称です。
(オ) オタフクソース株式会社、(ケ) ケンミン食品株式会社、(永) 株式会社永谷園、
(日) 日本ハム株式会社、(ハ) ハウス食品株式会社
- 特定原材料7品目を不使用です。
特定原材料とは「卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに(*)」です。
(*)使用商品中の海苔については、えび・かにの生息域で採取しています



使用商品

