

キーマカレーの ピタパン風



食物アレルギー
配慮レシピ



材料 (4個分)

【キーマカレー】	
鶏ひき肉	100g
玉ねぎ (みじん切り)	中1/4個
「特定原材料7品目不使用バーモントカレー<中辛>」(ハ)	大さじ1・1/2
「1歳からのケチャップソース」(オ)	大さじ2
サラダ油	小さじ1
みんなの食卓「お米で作ったまあるいパン」(日)	4個
「1歳からのノンエッグマヨ」(オ)	小さじ4
レタス (またはサニーレタス)	1枚
ミニトマト	1個
オレガノ	適宜

作り方

- ① フライパンにサラダ油を熱し、鶏ひき肉と玉ねぎを入れて中火で炒める。
- ② いったん火を止め、バーモントカレーと1歳からのケチャップソースを加えてなじませる。
- ③ 弱火にかけてしっとりするまで炒め、粗熱を取る。
- ④ お米で作ったまあるいパンの片側を1.5cm切る。切った面をポケット状に押し広げてピタパン状のものを4個作る。
- ⑤ ④のパンの内側にノンエッグマヨを小さじ1ずつ塗る。
- ⑥ ちぎったレタスとキーマカレーを詰め、4枚に輪切りにしたミニトマトを挟み、お好みでオレガノを振る。

使用商品



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。