

有機トマトをおよそ3倍に濃縮してあります。
食塩不使用でいろいろな料理にお使いいただけます。



- ◆トマトソース ◆ミートソース
◆ミネストローネなどのスープ
◆トマト煮込 ◆ハヤシライス
◆カレーのベース など



調理例



参考レシピはこちら

●開封後は保存ができませんので、1回で使い切ってください。●袋のフチ等で手を切らないようにご注意ください。●開封時、中身が飛び出すことがあります。衣服等を汚さないようご注意ください。●このパウチのまま電子レンジで加熱しないでください。

名称: 有機トマトピューレー
原材料名: 有機トマト(輸入、国産)
殺菌方法: 気密性容器に密封し、加圧加熱殺菌
内容量: 160g
賞味期限: 欄外右に記載
保存方法: 直射日光、高温多湿を避けて保存してください
使用上の注意: 開封後は保存ができませんので1回で使い切ってください
販売者: 光食品(株)
徳島県板野郡上板町高瀬127-3
製造所: (株)アール・シー・フードパック
愛媛県西予市宇和町卯之町2-575

●お問い合わせ先
光食品(株) TEL.088(637)6123
http://www.hikarishokuhin.co.jp

原料の産地情報はこちら▶



栄養成分表示 1袋(160g)当たり

エネルギー	88kcal	炭水化物	16.5g
たんぱく質	3.5g	ナトリウム	51.2mg
脂質	0.8g	(食塩相当量)	0.13g

本品1袋での参考レシピ

◆トマトソーススパゲッティ: 約2人分

- 材料 ●本品…1袋 ●スパゲッティ…200g
●オリーブオイル…大さじ2 ●にんにく…2片(みじん切り)
●お好みの具材(ベーコン・ウィンナー・たまねぎ・なす など)
●塩・胡椒…適量 ●お好みで: パジルや粉チーズ
- ①オリーブオイルとにんにくをフライパンで弱火で加熱して香りを出し、お好みの具材を加えて中火で炒める。
 - ②具材に火が通ったら、火を止めてトマトピューレーを加え、再び加熱して、温まったら塩や胡椒で味をととのえる。茹でたスパゲッティと絡めてお召し上がりください。お好みでパジルや粉チーズなどを加えてください。

◆ミネストローネ: 約4人分

- 材料 ●本品…1袋 ●ベーコンまたはウィンナーなど…約50g
●たまねぎ…1/2個(約100g) ●にんじん…1/2本(約60g)
●キャベツ…2枚(約50g) ●じゃがいも…1個(約100g)
●オリーブオイル…大さじ2 ●にんにく…2片(みじん切り)
●ヒカリ チキンコンソメ…1袋 ●水…400ml ●塩・胡椒…適量
- ①具材を食べやすい大きさに切る。オリーブオイルを引いた鍋でにんにくを炒めた後、その他の具材を加えて炒める。
 - ②火を止めてトマトピューレー、水、チキンコンソメを加える。再び加熱して、沸騰したら蓋をして弱火で約15分煮込む。塩や胡椒で味をととのえてお召し上がりください。
- 加熱時間は調理の具合を見て加減してください。●調理中の火の取り扱いには十分ご注意ください。●調理時に油などがねることがありますので、十分ご注意ください。

※本品は、密封した後加圧加熱殺菌したレトルトパウチ食品です。
賞味期限



4 952399 410303

