

麩と豆腐、昆布、玉ねぎで作るつくねです。  
特製甘辛醤油たれのクセになる味と、  
つくねのふわふわとした食感をお楽しみ  
ください。

### 作り方 (2人前・6個分)

用意する材料…木綿豆腐1/3丁(約100g)  
玉ねぎ1/4個(約50g)  
オリーブオイル大さじ1

#### 下準備

- ・具材袋に入った麩を、袋の上から手でかるくつぶす。
- ・玉ねぎをみじん切りにし、熱したフライパンにオリーブオイル(分量外)をひき、炒める。



#### ①混ぜる

ボウルに豆腐(パックの水は捨てる)と下準備をした具材を入れ、均一になるまで手で混ぜ合わせる。  
※豆腐の水切りは不要です。



#### ②成形する

①を6等分にして、丸く形を整える。



#### ③焼く

熱したフライパンにオリーブオイルをひき、②を並べ入れ、ふたをして中火で両面に焼き色がつくまで焼く。付属の特製たれをからめれば完成。



- ※開封後は1回で使い切ってください。
- ※調理中の火の取扱いには十分ご注意ください。

◎賞味期限は未開封の場合に限ります。調理後はできるだけお早めにお召しあがりください。

<食物アレルギーをお持ちのお客様へ>

本品に含まれている食品表示法に基づいたアレルギー物質について、ブランドサイト上の【食物アレルギーをお持ちのお客様へ】にてお調べいただけます。また、お客様相談室にてお電話でもお答えいたします。



ごみを出すときは  
各市町村の区分に  
従ってください



Kurakon  
Good for Vegans—  
ベジタリアンにもうれしい

健康的な食生活を送る  
方はもちろん、ベジタリ  
アンの方もサポートする  
くらこんオリジナル商品  
ブランドです。



<http://www.kurakon.jp/vegans/>

※以下の原料は使用しておりません。  
Does not contain the following ingredients.

肉	魚	卵	乳製品	蜂蜜
Meat	Fish	Egg	Dairy	Honey

名称	そうざいの素
原材料名	【たれ】醤油(大豆・小麦を含む、国内製造)、黒砂糖、みりん、清酒、醸造酢/増粘剤(加工でんぷん) 【具材】粉末麩(小麦を含む)、麩(小麦を含む)、昆布、醸造酢/酸化防止剤(ビタミンE)
内容量	65g(たれ45g 具材20g)
賞味期限	この面の右下に記載
保存方法	直射日光、高温多湿の所を避け、常温で保存してください。
製造者	<b>株式会社くらこん</b> 〒573-1132 大阪府枚方市招提田近2-1-3 (製造所固有記号は賞味期限の後に記載)

●お客様相談室 ☎0120-041-965  
受付9:00~17:00(土・日・祝日を除く)

栄養成分表示(1袋65gあたり)

エネルギー	125kcal
たんぱく質	7.9g
脂質	0.7g
炭水化物	22.6g
糖質	21.0g
食物繊維	1.6g
食塩相当量	3.2g

※この表示値は推定値です。

賞味期限