

A4(210mm×297mm) 巻三つ折りクロス二つ折り 表面(外側)

100mm

100mm

97mm (内側に折り込む面)

お口で弾ける食感を楽しむ! ゆきエビの「ぷりぷりエビチリ」



エネルギー 202kcal
塩分 1.4g
調理時間 20分
※約1人前当たり (熱量/塩分量)

材料(2人分)

分量

■ ゆきエビ	1パック(10尾)
■ 長ねぎ	1本
■ にんにく	1かけ
■ 豆板醤	小さじ1
■ トマトケチャップ	大さじ1
■ 鶏がらだし	大さじ1/2
★ ■ 水	1/2カップ
■ 酒	大さじ1/2
■ しょうゆ	小さじ1
■ 砂糖	大さじ1/2
■ 片栗粉	大さじ1/2
■ ごま油	大さじ2

作り方

- ①. ゆきエビは殻をむいておきます。
- ②. 長ねぎは縦4つ割にしてから小口切りにし、にんにくはみじん切りにします。
- ③. ★の材料を全部混ぜ、スープを作ります。
- ④. フライパンにごま油を入れ、①と②の具を強火でサッと炒めます。
- ⑤. ③も加えて手早くかきまぜ、とろみがついたらできあがりです♪

農林水産大臣賞受賞

妙高ゆきエビの



「妙高ゆきエビ」は、農林水産大臣賞を受賞した日本初の養殖システムを使い、手間暇かけて育てているので、プリプリの食感とエビ本来の甘みが自慢です。

また、薬品添加物等は一切使用せずに、とことん品質にこだわりました。

安心と美味しさを兼ね備えた新しい妙高ブランド、「妙高ゆきエビ」をどうぞご賞味ください。

《ホームページ》

<http://yukiebi.sakura.ne.jp>



妙高雪国水産株式会社

〒944-0009 新潟県妙高市東陽町3-22
 TEL 0255-75-0270 FAX 0255-75-0330
 E-mail:yukiebi@myoukou-yukiebi.com

1品でおなか大満足! ゆきエビの「ピリ辛ユッケ丼」



エネルギー 416kcal
塩分 1.6g
調理時間 17分
※約1人前当たり (熱量/塩分量) (炊飯時間を除く)

材料(4人分)

分量

■ ゆきエビ	1パック(10尾)
■ 長いも	200g
■ 長ねぎ	1/2本
■ みりん	大さじ2
★ ■ コチュジャン	小さじ2
■ しょうゆ	大さじ2
■ ごま油	大さじ1
■ うずらの卵	4個
■ ご飯	2合分
■ いらごま(白)	少々
■ 三つ葉	お好みで

作り方

- ①. ゆきエビは殻をむいて、ザクザクッと切っておきます。
- ②. 長いもは短めの拍子木切り、長ねぎは白髪ねぎにします。
- ③. みりんはレンジで30秒加熱し、★の調味料を混ぜてタレを作ります。
- ④. ③に①のゆきエビと長いもを加えて和えます。
- ⑤. ご飯に④と②の長ねぎをのせ、うずらの卵ものをせて、ごまを散らしてできあがり♪
お好みで三つ葉も添えてどうぞ!

山折り

105mm

105mm