

新商品

# 冷凍冬瓜(カット)

フィールドの冷凍冬瓜は食べやすい大きさにカットしてあるので、必要な分だけ取り出し、すぐに使えて大変便利です。また、軽く下茹でしてあるため、素早い調理で味がしっかりと染み込み、いつでも簡単に「もう一品」が作れます！



原料	冬瓜
原産地	中華人民共和国
原料産地	中国山東省
規格	カット(4×2×2.5 cm)
内容量	500g × 20入
保管方法	冷凍(-18℃以下)
賞味期限	製造後24か月

JANコード	4533247901091
商品番号	170440
残留農薬	国内法準拠
アレルギー物質	無し
コタミネーション	無し
遺伝子組換	対象外
栄養表示	有

【調理例】 冬瓜そのものの味は淡白で、ヘルシーな野菜です。加熱すると食感が柔らかくなり、のど越しも良いので、食欲のない時でもお召し上がりいただけます。冬はあたたかいまま、夏は冷やすのがおすすめです。



## 冬瓜の和風そぼろ煮

### 【材料】

- ・ 冷凍冬瓜 約300g
- ・ ムキ枝豆 適量
- ・ 白だし(水4：白だし1) 約200cc
- ・ ごま油 大さじ1
- ・ みりん 大さじ1
- ・ 鶏ムネのひき肉 約100g
- ・ おろし生姜 小さじ1～2
- ・ 料理酒 大さじ1
- ・ 水溶き片栗粉 大さじ3～4

### 【調理方法】

- ① お鍋にごま油とおろし生姜を入れ、加熱してから鶏ムネひき肉を入れて炒めます。
- ② 鶏ムネひき肉に火が通ったら、白だし汁(水4：白だし1)200ccをいれます。
- ③ 白だし汁が沸騰したら、冷凍冬瓜を凍ったまま鍋に入れます。(飛び跳ね注意)
- ④ 料理酒、みりんを入れ、灰汁を取りながらしばらく煮ます(目安3～5分位)。  
※ 長く煮ると柔らかくなりますが、あまり長く茹でると形が崩れるので、ご注意ください。
- ⑤ ムキ枝豆を入れてひと煮立ちさせます。
- ⑥ 一旦火を止め、水溶き片栗粉を入れ(お好みに合わせ調整)、再び火にかけ、とろみをつけます。
- ⑦ お皿に盛り付けたら出来上がり！

食を通じて海外と日本を結ぶ信頼と伝統の食品総合商社  
ニンニク・生鮮野菜・冷凍野菜・農産物加工品



株式会社 フィールド

TEL:03-5609-7680 FAX:03-5609-7689