



商品・MD・メニュー戦略 (もの & メニューづくり)

栄養計算・カロリー表示代行

Service Point

管理栄養士の資格を持つ担当者が専門知識を活かして、外食事業界の皆様をサポートを行っております。カロリー計算のお手伝いから健康であるために欠かせない栄養計算のサポートを行います。

私流ブイオンレストラン

ブイオンレストランで簡単に本格料理を・・・

このブイオンレストラン、実は私、和洋折衷の幅広い料理に使っています。とにかく使いやすい形態なので便利！パウダータイプなので、溶けやすく、コクがあり、調理の時間短縮にもなりますね。本格的な料理にも対応できますし、チキン・ビーフ・オニオンの種類のラインナップも魅力！ブイオンレストランは、私のお料理の最強ヘルパーです。

豚のサイコロ丼 ブイオンジュレのせ

ごはん	200g	鶏	適量
豚バラかつまぶし	150g	調味	適量
片栗粉	大さじ2	オリーブ	大さじ1
パプリカ(玉砕)	適量	アボカド(薄切(大))	お好み量
たまねぎ(スライス)	1/4個	ブイオンジュレ(鶏)	適量
ブロッコリー(小房)	5g	オニオン	100g
黒ネギ(白髪ネギ)	適量	セサミン(油)	小さじ1
		鶏	適量
		調味	適量
		オリーブ	大さじ1

作り方

- ①豚バラかつまぶしを3cm角に切る。片栗粉をまぶして、サラダ油で焼ける。
- ②パプリカを3cm角に切り、豚、鶏のブロックオリーブ、たまねぎと一緒に、炒める。
- ③Aの調味料で味付けする。
- ④セサミンを大さじ1程度のお湯でふやかす。Bとあわせて、冷蔵庫で冷やす。
- ⑤ごはんをおわんに盛り、上に乗せ、トッピングに白髪ネギをのせる。
- ⑥目は、コップなどに割き、お好みの量をかける。

食べるトマ

西洋人参
1個(70g)
トマト(皮ごと)
1個(100g)
オリーブオイル
小さじ1
オリーブ
適量

作り方

- ①はと菜は、一
- ②水を綺麗に洗
- ③野菜、薬材を
- ④2の鍋で、A
- ⑤蓋を閉め、火
- ⑥おわんに盛り



Scene

コンビニ、ファミリーレストラン・お弁当・惣菜屋さんの食品メーカー (食品開発) 様・一般の皆様。