



CMでもお馴染み!

# プロの味付け! 理想の甘口麻婆豆腐を 簡単に!



大満足! 中華合わせ調味料 1包で簡単!

おいしそうだな。  
本格中華が  
食べたいな。



レストランみたいな  
麻婆豆腐作ったら  
喜んでくれるかな...



今日は麻婆豆腐よ!



おいしい!



食べたかったよ!



「Cook Do®」  
＜甘口麻婆豆腐用＞

刺激の少ない味付けなので、  
入居様にお気に入り頂ける  
甘口の麻婆豆腐が作れます!

「Cook Do®」  
＜甘口麻婆豆腐用＞ベースタイプ1Lボトル

### POINT1 ▶ 人気の味付け

施設で食べるレストランの味! 味の調節も可能なので、(裏面参照) 入居様にも職員様にも大満足していただけます。

### POINT2 ▶ 安定した味付け

安定した完成度の高い味がこれ一本で簡単に決まります!

### POINT3 ▶ 多彩なメニュー バリエーション

副菜から主菜・主食など様々なメニューに使えます!

# 絶品! 麻婆豆腐!

いつもの麻婆豆腐を格段においしく仕上げるポイントを公開!

## 材料(1人分)

豆腐(2cm角さいの目) ..... 100g  
 豚ひき肉 ..... 20g  
 生姜(おろし) ..... 0.7g  
 にんにく(おろし) ..... 1.5g  
**A** 「Cook Do®」  
 <甘口麻婆豆腐用> ..... 17g  
 水 ..... 17g  
 長ねぎ(みじん切り) ..... 7g  
 サラダ油 ..... 5g  
 水溶き片栗粉  
 (水:片栗粉=1:2) ..... 2.1g

1人分  
栄養価

エネルギー189(kcal)  
たんぱく質11.2(g)  
食塩相当量1.5(g)

## USER'S VOICE

今までは、手作り調理で  
苦勞していたけれど、  
これを使うと味も安定して  
とても助かります!



商品を使用した  
管理栄養士Aさん

## スチコン調理の場合



1 ホテルパンに、豚ひき肉・Aを入れて混ぜ合わせる。



2 もう一つのホテルパン(穴あき)に豆腐を入れる。



3 1・2を、コンビモード220°Cで3分、湿度100%で、加熱調理する。

**POINT!** 豆腐は表面を焼くことで、水分を飛ばし、弾力性のあるぷりっとした食感に!

**POINT!** タレ(A)をしっかり焼くことで、食欲を増進させる香ばしさが大幅アップ!



4 1に水溶き片栗粉・長ねぎ・サラダ油を入れて、よく混ぜ合わせ、2を加えてさっくり混ぜる。



5 4を、コンビモード220°Cで2分、湿度100%で、加熱調理する。



6 5をさっくりと混ぜ合わせ、器に盛り付ける。

**POINT!** 片栗粉をしっかり固化することで、離水を防止!

## 鍋調理の場合

1 よく熱した中華鍋にサラダ油を熱し、豚ひき肉を加えてよく炒める。

2 1にAを加えてよく混ぜ合わせ、豆腐を加えて2、3分煮、長ねぎを加え、水溶き片栗粉でとろみをつける。

3 器に2を盛り付ける。

**POINT!** 豆腐は熱湯で茹でておくとお当たりの良い食感に! 離水割れ、型崩れ防止にも!

## 施設のオリジナルメニューに! さらに広がるメニューバリエーション

### 調味料の使用量半分! コストダウンも実現! やさしい味の甘口麻婆豆腐

### CMでもお馴染み! 甘口麻婆茄子

1人分栄養価 エネルギー182(kcal) / たんぱく質11.1(g) / 食塩相当量1.5(g)

1人分栄養価 エネルギー236(kcal) / たんぱく質5.2(g) / 食塩相当量1.5(g)

#### 材料(1人分)

豆腐(2cm角さいの目・下ゆで) ..... 100g  
 豚ひき肉 ..... 20g  
 生姜(おろし) ..... 0.7g  
 にんにく(おろし) ..... 1.5g  
 「Cook Do®」  
**A** <甘口麻婆豆腐用> ..... 8.5g  
 「味の素KK丸鶏使用からスープ」 ..... 1.4g  
 水 ..... 17g  
 長ねぎ(みじん切り) ..... 7g  
 サラダ油 ..... 5g  
 水溶き片栗粉  
 (水:片栗粉=1:2) ..... 1.8g

#### 作り方

- 1 よく熱した中華鍋にサラダ油を熱し、豚ひき肉を加えてよく炒める。
- 2 1にAを加えてよく混ぜ合わせ、豆腐を加えて2、3分煮た後、長ねぎを加え、水溶き片栗粉でとろみをつける。
- 3 器に2を盛り付ける。

鶏だし香る  
あっさり  
麻婆豆腐



#### 材料(1人分)

なす(乱切り・油通し) ..... 700g  
 豚ひき肉 ..... 20g  
 生姜(おろし) ..... 0.7g  
 にんにく(おろし) ..... 1.5g  
**A** 「Cook Do®」  
 <甘口麻婆豆腐用> ..... 17g  
 水 ..... 17g  
 長ねぎ(みじん切り) ..... 7g  
 サラダ油 ..... 5g  
 水溶き片栗粉  
 (水:片栗粉=1:2) ..... 1.8g

#### 作り方

- 1 よく熱した中華鍋にサラダ油を熱し、豚ひき肉を加えてよく炒める。
- 2 1にAを加えてよく混ぜ合わせ、なすを加えてさっと混ぜ合わせ、長ねぎを加え、水溶き片栗粉でとろみをつける。
- 3 器に2を盛り付ける。

旬野菜を  
うまく  
取り入れて!



「Cook Do®」  
<甘口麻婆豆腐用>  
ペースタイプ100ml

#### 原材料

しょうゆ、蠟油、ポーク・ビーフエキス、砂糖、トマトケチャップ、食塩、でん粉、蜂蜜、ごま油、醸造酢、りんごジュース、香辛料、貝柱、調味料(アミノ酸等)、酒精、糊料(グァーガム)、カラメル色素、パプリカ色素、(小麦、ゼラチンを原材料の一部に含む)

本品の原材料には下表の内、枠内が ■ で塗られたアレルギー物質が含まれています。

小麦	そば	卵	乳成分	落花生	えび	かに	豚肉	鶏肉
牛肉	いか	さけ	さば	いくら	あわび	大豆	やまいも	くるみ
まつたけ	りんご	オレンジ	バナナ	もも	キウイ	ゼラチン	—	—