



熱湯解凍

凍った真空パックのまま熱湯に入れ、再沸騰後4～5分加熱してください。

すっぽんのだしの濃さは、水を加えたら薄くなり、煮詰めて水分を飛ばすことで濃くなります。

基本のレシピ

すっぽんスープ (2人前)

- 1 すっぽんスープパックを熱湯に入れ解凍。
- 2 解凍したすっぽんスープパックの中身を鍋に入れて火にかける。
- 3 温まったらそのままお召し上がりいただけます。
薄くする場合はお好みで水を加えて調整してください。

中に入れる具材はお好みで

すっぽん茶碗蒸し (100cc 容器 5人前)

- 1 卵を3個かき混ぜてザルで濾す。
- 2 すっぽんスープパックを1袋入れて泡立たないように混ぜる。
- 3 砂糖少々で味を調え、容器に入れ蒸しあげて完成。

旨みを詰め込んだ洋風グラタン

すっぽんグラタン (耐熱容器 3人前)

- 1 ベーコン、玉ねぎを炒める。マカロニは茹でておく。
- 2 市販のホワイトソース、すっぽんスープパック1袋、茹でたマカロニを入れ、塩、コショウ、すりおろしニンニクで味を調え、水溶き片栗粉でとろみをつける。
- 3 耐熱容器に移しチーズをのせ、オーブントースターで焼き色を付け完成。

家族や仲間でわいわいと

しゃぶしゃぶ (鍋: 8号～10号サイズ)

うどん → 雑炊、おじや

- 1 すっぽんスープパック2パック～4パック分を鍋に空ける。 ※凍ったままで入れてもOK
- 2 鍋に蓋をして温める。
- 3 スープが熱くなったら牛肉や豚肉でしゃぶしゃぶ。
[お好みで] ねぎ、水菜、春菊や、しいたけ、えのきなども
- 4 残りスープで、市販のうどんの玉を入れて食す。
- 5 メに残りスープで、雑炊、おじやにして食す。

チーズやお餅を入れても相性◎

すっぽん雑炊、おじや (1人～2人前)

- 1 解凍したすっぽんスープパックの中身を鍋に入れて火にかける。
お好みで薄切りの根菜やしいたけも。
- 2 煮立ったらご飯、刻みネギを入れる。
- 3 再び煮立ったら溶き卵をかけて蓋をします。
固まったら火を止め、三つ葉などを乗せて完成です。

お好みの調味料で

すっぽんパスタ (中皿 2～3人前)

- 1 パスタを指定の茹で時間よりも2分短く茹でる。
- 2 具材(ネギ、しめじ、しいたけ)をバターで炒め、すっぽんスープパック1袋を入れる。
- 3 茹でたパスタを入れ、お好みの調味料で味を調え完成。

すっぽん出汁をあんできちめする！

すっぽんあんかけ焼きそば (2～3人前)

- 1 具材を炒める。
[具材] 人参、白菜、長ネギ、しいたけ、タケノコ、もやし、ニラ
- 2 調味料を入れる。
[調味料] スープパック1袋、鶏がらスープの素大さじ2、醤油大さじ2、酒大さじ3、みりん大さじ4、おろしニンニク小さじ1、おろし生姜小さじ1
- 3 水溶き片栗粉でとろみをつける。
- 4 焼きそばの麺をフライパンで焼き、皿にのせてあんをかけて完成。

すっぽんラーメン (2人前)

- 1 すっぽんスープパック1袋に市販のラーメンスープの素やお好みの味つけをする。
- 2 茹でた麺にスープを注ぎ、お好みで具材(メンマ、ナルト、ネギなど)をのせ完成。

すっぽんうどん (2人前)

- 1 すっぽんスープパック1袋を鍋で温める。
- 2 茹でた市販のうどんにスープを注ぎ、お好みで具材をのせ完成。