

シャキシャキの食感！

ナナメにカットされているので、味がからみやすく、見た目もおいしい！！

ヤングコーン (ナナメカット)

八宝菜など中華料理でおなじみのヤングコーン。ヤングコーンとはトウモロコシの若い穂をつんだもので、トウモロコシの持つ疲労回復などの成分を含み、しかも若い穂なので栄養分が凝縮されていて、それを丸ごと食べられ食物繊維もよく摂取できます。

日糧の「ヤングコーン」は、初めからナナメにスライスカットされているので、切る手間がなく、またナナメにカットされていることで表面積が大きくなり、味が絡みやすいことが特長です。八宝菜・中華丼ぶりなどはもちろんのこと、味にくせがないので、和風、洋風、炒め物、煮物、スープにサラダにと、どんなお料理にもお手軽にお使いいただけます。



ヤングコーンと ほうれん草の 中華風炒め

(材料) 4人分

ヤングコーン (斜めカット)	150 g
ほうれん草	300 g
にんにく	2 かけ
ムキエビ	100 g
サラダ油	適量

[調味料 A]

水	大さじ 3
鶏がらスープ缶	小さじ 1
片栗粉	小さじ 1
酒	小さじ 1
塩	少々

(作り方)

- ① ほうれん草は水洗いし、3 cmの長さに切り、ヤングコーンは水洗いして軽く水気を切り、ムキエビは解凍して水洗いし、にんにくはみじん切りにする。
 - ② Aの調味液をすべて混ぜ合わせておく。
 - ③ フライパンにサラダ油を熱し、にんにくを炒め香りが出たらエビを加える。
 - ④ エビに火が通るころヤングコーン、ほうれん草を加えて油がなじむ程度に炒める。
 - ⑤ 炒まったら、A調味をし、火を止める。
- ※ ムキエビの代わりに、豚肉やイカをお使いいただいても、おいしくなります。
- ※ 鶏がらスープ缶は、15 倍の濃縮タイプを使用しています。



(材料) 4人分

ヤングコーン (斜めカット)	150 g
セロリ	100 g
エビ	100 g
きくらげ	5 g
塩・こしょう	少々
[調味液 A]	
水	100cc
カレールウ	20 g

ヤングコーンと セロリのカレー風味炒め

(作り方)

- ①ヤングコーンは水洗いし、軽く水気を切ります、セロリは水洗いして3 cmの長さに切り、ムキエビは解凍して水洗いし、きくらげは水で戻して2 cmくらいの大きさに切ります。
 - ②Aの調味液をすべて混ぜ合わせておきます。
 - ③フライパンにサラダ油を熱し、エビを炒めます。
 - ④エビに火が通ったらヤングコーン、セロリ、きくらげを加えて、塩コショウで炒めます。
 - ⑤炒まったら、Aを加えて調味し、火を止めます。
- ※カレールウを使用することで、自然なとろみがつき、味がまろやかになります。

商品名	ヤングコーン缶詰 斜めカット
規格	1号缶 x 6缶
内容量	2,950 g (固形量 1,500 g)
販売者	日本糧食株式会社 〒544-0033 大阪市生野区勝山北 2-5-13 TEL 06-6716-6351

