



チキンソテー

(1人前)

① 鶏もも肉(100g)の両面にフォークを何か所か刺して下味が染み込みやすいようにする。

そして、塩、こしょう(各少々)、にんにくチューブ(2cm)、本品のパプリカソース(大さじ1)を揉み込み15分くらいおく。

② フライパンに、①の鶏肉を皮目からパリパリに焼く。はじめは強火で、油が出始めたら中火にする。焼き上がったらいすい大きさに切る。

③小鍋に本品のパプリカソース(大さじ1)、ケチャップ(大さじ1)、ウイスターソース(小さじ1)、塩(少々)を混ぜ合わせ、軽く火を通し、②の焼きあがった鶏肉の上にかける。



① (1人前)卵1個を溶き、牛乳110cc、砂糖30g、本品パプリカソース30g、バニラエッセンス(2~3滴)を混ぜ合わせる。

② 食パン(1枚)を半分にカットし、耐熱皿に①と一緒に入れ、600wで1分加熱。

③ フライパンで②を弱火で焼き、裏表ともに焼き目がついたら、皿に盛る。本品パプリカソース15gとほちみつ10gを混ぜたソースを上からかける。

フレンチトースト



エビパプマヨ和え

(2人前)

① エビ(大6尾)の下処理をし、酒、塩、片栗粉(各少々)を入れ揉み込む。流水でよく洗い流し、水分を拭く。

②エビ全体に片栗粉をまぶし、フライパンに油(大さじ2)をひき、揚げ焼きにする。ブロッコリーを塩茹でする。

③ボールに本品のパプリカソース、ケチャップ、マヨネーズ(各大さじ2)、粒マスタード(少々)を混ぜ合わせ、最後に②と③も混ぜ合わせて出来上がり。



(1人前)

① お湯1ℓに対して1%の塩を入れて、麺(70g)をゆでる。

② フライパンに本品パプリカソース(100g)と、生クリーム(50g)、ケチャップ(30g)、すべてを入れ、とろみがつくまで煮詰める。味見をして、甘さが足りない場合は、砂糖をひとつまみ程度入れる。

③ ゆであがった麺と②を混ぜ合わせ、トッピングにお好みで粉チーズやパセリをふりかける。

パプリカパスタ



生野菜、温野菜、ポテサラタ etc. にかけるだけでOK

