

トライくんKitchen

【トライくんキッチン】

カンタン
手で切れる / 財布に入れやすくなりました。 ※一枚ずつの口数のご提出をお願いします。



vol. 239
2018
4/25 ▶ 5/24
[Wed] [Thu]

初夏の美味しい外ごはん
過ごしやすい今の季節、外でバーベキューはいかが？
みんな楽しんでほしい！ほおぼろうー！



023918042520000

2018 トライくんクーポン 4/25水▶29日

ご精算前
1,000円以上
お買上げの方
お買い上げ合計

30 (税込) 円引

※10個入たまご(白・赤)に限り、※うずら卵は除かせてください。

④クーポン券1枚につき、対象商品1点にご利用いただけます。

2018 トライくんクーポン 4/30月▶5/6日

ご精算前
1,000円以上
お買上げの方
お買い上げ合計

30 (税込) 円引

※10個入たまご(白・赤)に限り、※うずら卵は除かせてください。

④クーポン券1枚につき、対象商品1点にご利用いただけます。

2018 トライくんクーポン 5/7月▶13日

ご精算前
1,000円以上
お買上げの方
お買い上げ合計

30 (税込) 円引

※10個入たまご(白・赤)に限り、※うずら卵は除かせてください。

④クーポン券1枚につき、対象商品1点にご利用いただけます。

2018 トライくんクーポン 5/14月▶20日

ご精算前
1,000円以上
お買上げの方
お買い上げ合計

30 (税込) 円引

※10個入たまご(白・赤)に限り、※うずら卵は除かせてください。

④クーポン券1枚につき、対象商品1点にご利用いただけます。

2018 トライくんクーポン 5/21月▶24木

ご精算前
1,000円以上
お買上げの方
お買い上げ合計

30 (税込) 円引

※10個入たまご(白・赤)に限り、※うずら卵は除かせてください。

④クーポン券1枚につき、対象商品1点にご利用いただけます。

2018 トライくんクーポン 4/25水 当日限定

ご精算前
たまご 50 (税込) 円引

※10個入たまご(白・赤)に限り、※うずら卵は除かせてください。

④クーポン券1枚につき、対象商品1点にご利用いただけます。

2018 トライくんクーポン 5/2水 当日限定

ご精算前
たまご 50 (税込) 円引

※10個入たまご(白・赤)に限り、※うずら卵は除かせてください。

④クーポン券1枚につき、対象商品1点にご利用いただけます。

2018 トライくんクーポン 5/9水 当日限定

ご精算前
たまご 50 (税込) 円引

※10個入たまご(白・赤)に限り、※うずら卵は除かせてください。

④クーポン券1枚につき、対象商品1点にご利用いただけます。

2018 トライくんクーポン 5/16水 当日限定

ご精算前
たまご 50 (税込) 円引

※10個入たまご(白・赤)に限り、※うずら卵は除かせてください。

④クーポン券1枚につき、対象商品1点にご利用いただけます。

2018 トライくんクーポン 5/23水 当日限定

ご精算前
たまご 50 (税込) 円引

※10個入たまご(白・赤)に限り、※うずら卵は除かせてください。

④クーポン券1枚につき、対象商品1点にご利用いただけます。

5/5 こどもの日
お子様大好き
メニュー

チキンとたまごの親子カレー



材料(5人分) 1食・135.6kcal

- ・鶏こま切れ肉…………… 200g
- ・玉ねぎ…………… 1個
- ・じゃがいも…………… 1個
- ・にんじん…………… 1/2個
- ・サラダ油…………… 大さじ2
- ・水…………… 600ml
- ・牛乳…………… 100ml
- ・ゴールデンカレー 甘口…………… 1/2箱
- ・卵…………… 5個
- ・白飯…………… 適量

作り方

- ①玉ねぎは皮をむき、みじん切りにする。にんじん、じゃがいもは皮をむき、1cm角に切る。
- ②厚手の鍋にサラダ油大さじ1を入れて火にかけ、玉ねぎがしんなりするまで炒める。続いて鶏こま切れ肉を炒め、さらににんじんを加えて炒める。
- ③②に水を加え、強火で沸騰させる。沸騰したらアクをとり、鍋のふたを少し開けて、弱火～中火で煮込む(沸騰後約10分間)。
- ④③にじゃがいもを加え、さらに煮込む(約10分間)。
- ⑤いったん火をとめてカレールウを割り入れ、よく溶かす。
- ⑥カレールウが溶けたら、再び火をつけ、時々かき混ぜながら、弱火でとろみがつくまで約5分間煮込む。仕上げに牛乳を加えてかき混ぜる。
- ⑦フライパンにサラダ油大さじ1を入れて火にかけ、卵を割り入れて弱火でじっくり焼き、目玉焼きを作る。
- ⑧⑥のカレーを白飯とともに器に盛り、⑦の目玉焼きをのせてできあがり。



この商品を使って

35種のスパイス&ハーブの絶妙な調和。スパイスで甘さを表現した大人も満足できる香り豊かなカレーです。

※S&B ゴールデンカレー 甘口 198g



半熟とろとろの目玉焼きをまぜながらいただく、マイルドなカレーです！



焼肉ビビンバ丼



材料(2人分)

1食・709kcal

- ・ご飯…………… 茶碗2杯分
- ・牛カルビ肉…………… 120g
- ・黄金の味 甘口…………… 大さじ2
- ・韓Kitchen ビビンバの素…………… 1袋
- ・サラダ油…………… 適量

作り方

- ①牛カルビ肉は一口大に切り、黄金の味 甘口をもみ込んで下味をつけ、サラダ油を熱したフライパンで焼いて取り出しておく。
- ②ご飯と韓Kitchen ビビンバの素の具入り調味料を混ぜ合わせる。
- ③お好みで付属のコチュジャンだれを混ぜ、フライパンでおこげがつくまで焼く。
- ④最後に①のお肉を上のできあがり。

※エバラ 韓Kitchen ビビンバの素 171g



※エバラ 黄金の味 甘口 360g



この商品を使って

花束風手巻き寿司



材料(4人分)

1食・678kcal

- ・ご飯…………… 3合
- ・すし酢 昆布だし入り…………… 大さじ6
- ・まぐろ(刺身用)…………… 150g
- ・サーモン(刺身用)…………… 150g
- ・イクラ…………… 大さじ2
- ・厚焼き玉子…………… 卵3個分
- ・きゅうり…………… 1本
- ・リーフレタス…………… 適量
- ・焼のり…………… 適量 ・しょうゆ…………… 適量

作り方

- ①炊きたてのご飯にすし酢昆布だし入りを回しかけて混ぜ合わせ、すし飯を作る。
- ②まぐろ、サーモン、厚焼き玉子は1cm角に切る。きゅうりは手巻き用に細長く切る。
- ③焼のり、リーフレタスにすし飯をのせて、②の具材、イクラなどを巻き、花束風に仕立てた手巻き寿司を作る。しょうゆを添えてできあがり。

昆布だしをとる手間をかけずに、このままかけて混ぜるだけで、昆布の旨みのあるおいしいすしご飯が手軽にできます。

※ミツカン すし酢 昆布だし入り 360ml



この商品を使って