

備蓄食で！とろ〜りチーズのトマトハンバーグ



ハンバーグに野菜たっぷりトマトのスープ、
チーズをのせました。
トマトソースで煮込まなくても手軽に作れます。

調理時間： 15 分

材料 ： 2 人分

カゴメ野菜たっぷりトマトのスープ	1袋
ハンバーグ(冷凍)	2個
ピザ用チーズ	20g
パセリ(乾)	適宜

作り方

- ①ハンバーグは表示の通り加熱する。
- ②耐熱皿にハンバーグ、野菜たっぷりトマトのスープ、チーズの順にのせる。
- ③チーズが溶けるまでオーブンで加熱し、お好みでパセリをふる。

ポイント

エネルギー： 290 kcal 食塩相当量： 1.9 g 野菜相当量： 80 g

* 栄養計算は日本食品標準成分表八訂を基に算出しています。すべての数値は1人分もしくは1単位当たりとなります。

©カゴメ株式会社 無断複写・無断転載を禁止します

Z7151