

デザートチーズに「栄養」訴求の新たな価値を



2個で1日分のカルシウム  
(680mg)が摂取できる  
チーズケーキ

牛乳から生まれた機能成分  
「MBP®」配合

毎日続けやすい  
さわやかなヨーグルト味



毎日骨太 2個で1日分のカルシウム  
チーズケーキ ヨーグルト味  
希望小売価格 320円(税抜本体価格)



2個で1日分の鉄分  
(6.8mg)が摂取できる  
チーズケーキ

葉酸、ビタミンB12配合

鉄分摂取の期待値が高く  
食べやすいプルーン味



プルーンFe 2個で1日分の鉄分  
チーズケーキ  
希望小売価格 320円(税抜本体価格)



おいしく楽しも〜! 乳レシピ

雪印メグミルクのお料理レシピ

レシピを  
チェック!



カッテージチーズと食べる 野菜たっぷりドライカレー



雪印メグミルクのお料理レシピ

● 材料 2人分

- 雪印北海道100カッテージチーズ…100g
- ナチュレ 恵 megumi…200g
- 合挽き肉…100g
- たまねぎ…1/2個(100g)
- ピーマン…1個(40g)
- かぼちゃ…100g
- なす…1本(100g)
- 水…100~200ml(様子を見て)
- カレールウ(固形の場合は刻む)…30g
- サラダ油…適量
- ガラムマサラ…適宜
- ごはん(雑穀米でも)…適量
- 水菜・お好みのドレッシング…各適量



● 作り方

- 1) たまねぎはみじん切りにする。かぼちゃ、なすは飾り用に少量とり、残りはピーマンとともに、粗みじんに切る。
- 2) フライパンに多めのサラダ油を熱し、飾り用のかぼちゃ、なすを炒めて取り出しておく。
- 3) 同じフライパンに挽き肉、たまねぎを入れて中火で炒める。ひき肉の色が変わったら、かぼちゃ、なす、ピーマンを加えて炒める。
- 4) ヨーグルトを入れ、強火にして水分をとばし、水気がなくなったら水とカレールウを加え、中火で煮詰める。  
※お好みでガラムマサラを加えると、スパイシーになります。
- 5) 皿にごはんを盛り、カレーをかけ、ざく切りにした水菜をのせる。
- 6) カレー、水菜、それぞれにカッテージチーズをのせ、飾り用のかぼちゃとなすを添える。



季節の野菜を沢山入れたドライカレーです。  
夏の暑さにより、落ちた体力を取り戻すためにも、色々な食材をバランス良く食べましょう!

雪印種苗株式会社

編集発行人  
菊地 健司

本社004-8531  
札幌市厚別区上野幌1条5丁目1番8号  
TEL (011)891-5911

