

ジャンバラヤミックス(中辛)

ケイジャン料理の代表的なメニューのひとつ、ジャンバラヤを手軽に作れるシーズニングスパイス。



調理例



炒めた玉ねぎやサラミ、鶏肉、トマト等の具材と一緒に米と混ぜ、炊飯器で炊くだけでスパイシーで程良い辛味のジャンバラヤができます。

使い方

ジャンバラヤの、米、水、具の合計重量に対して、ジャンバラヤミックス(中辛)約3.8%の添加が目安です。

栄養分析

(100g当たりの計算値)

エネルギー	286 kcal
水分	4.6 g
たんぱく質	17.1 g
脂質	3.3 g
炭水化物	46.9 g
灰分	28.1 g
ナトリウム	9.6 g

荷姿

1Kg(袋)×10 段ボール入

