



即席ラーメン 火を使わずにできる即席ラーメン

【材料】 1人分

- ・即席ラーメン ————— 1人分
- ・もやしなどの野菜 ————— 適量

【作り方】

- ① CORONに材料全てと水※を入れて蓋をし、電子レンジ(500w)で6分加熱する。
- ② お好みでもやしなどの野菜をトッピングする場合は、材料と水を入れた後に野菜をのせて蓋をし、電子レンジ(500w)で加熱する。
- ③ 加熱時間は野菜の量や種類によって加熱状況に差が生じるので、適宜調整する。

※水の量は即席ラーメンの指定の量を入れる。



ご使用の電子レンジにより加熱時間が異なる場合があります。適宜調整して下さい

このレシピができるのは「CORON Cook」「CORON Mom」のセット商品となります。





白菜と豚バラ肉のミルフィーユ

【材 料】 2人分

- ・白菜 ————— 1/4個
- ・豚バラ肉 ————— 200～300g

(A) [調味料]

- ・鶏がらスープの素(顆粒) 大さじ1/2
- ・水 ————— 100ml
- ・砂糖 ————— 小さじ1

(B) [中華だれ]

- ・醤油 ————— 大さじ2
- ・砂糖 ————— 大さじ2
- ・酢 ————— 大さじ1～1/2
- ・ごま油 ————— 小さじ2
- ・塩、こしょう ————— 適量

【作り方】

- ①白菜の葉を剥がし、軸は切らず葉の間に豚バラ肉を1枚ずつ挟む。
- ②挟み終わった①の白菜を5cm程度の幅に切り、形を崩さないようにCORONの中に並べる。
- ③別の容器に調味料(A)の材料を入れて混ぜ合わせる。
- ④に③の調味料をかけて蓋をし、電子レンジ(500w)で7分加熱する。
(白菜が固いようなら再加熱する)
- ⑤(B)の材料を混ぜ合わせて中華だれを作り、④に付けて食べる。

※ピリ辛がお好みの場合は、調味料(A)に花椒を数粒入れて加熱しても良い。

※材料を1人分にすれば、
「CORON Me」でも調理できます。

ご使用の電子レンジにより加熱時間が異なる場合があります。適宜調整して下さい

このレシピができるのは「CORON Cook」「CORON Mom」のセット商品となります。





トマトピラフ 炊き込みご飯の洋風アレンジ

【材 料】 2人分

- ・米 ————— 1.5合
- ・ベーコン ————— 70g
- ・マッシュルーム ————— 2個
- ・ツナ缶 ————— 1個

(A) [調味料]

- ・トマトジュース(無塩) — 360ml
- ・塩 ————— ひとつまみ
- ・コンソメ(顆粒) ————— 小さじ2

- ・黒こしょう(挽いたもの) — 適量

【作り方】

- ① 米を洗米してCORONに入れ、調味料(A)を加えて30分浸ける。
- ② ベーコンは1cm幅に切り、マッシュルームはみじん切りにする。
- ③ ①に②の材料とツナ缶を入れ、蓋をして電子レンジ(500w)で13分加熱する。
- ④ 蓋をしたままレンジ庫内で15分蒸らす。
- ⑤ レンジ庫内から④取り出し、食べる直前に黒こしょうをかける。

※ふきこぼれる場合があるので、レンジ庫内へ入れる際に中蓋を下に敷いて加熱すると良い。

※材料を1人分にすれば、
「CORON Me」でも調理できます。

ご使用の電子レンジにより加熱時間が異なる場合があります。適宜調整して下さい

このレシピができるのは「CORON Cook」「CORON Mom」のセット商品となります。

SINKOUGAMA
伸 光 窯

〒509-5102 岐阜県土岐市泉町定林寺629-2
tel 0572-26-9275 fax 0572-55-3275
e-mail info@sinkougama.co.jp

web



insta



shop





豚もやし

【材 料】 2人分

- ・豚バラ肉 ————— 150～200 g
- ・もやし ————— 1袋

(A)【調味料】

- ・日本酒 ————— 大さじ1
- ・鶏がらスープの素(顆粒) 小さじ1
- ・塩 ————— 小さじ1/2
- ・ポン酢(市販) ————— 適量

【作り方】

- ①豚バラ肉は3～5cm幅に切り、半分に分けておく。
- ②もやしはさっと洗って水を切ってボウルに入れ、調味料(A)を加えて軽く混ぜ合わせ、ボウルの中で半分に分ける。
- ③CORONに②ともやしと①の豚バラ肉をそれぞれ半分ずつ、もやし→豚バラ肉→もやし→豚バラ肉の順で入れ、調味料が残っていたら上からかける。
- ④蓋をして電子レンジ(500w)で7分加熱し、お好みでポン酢をつけて食べる。

※材料を1人分にすれば、
「CORON Me」でも調理できます。

ご使用の電子レンジにより加熱時間が異なる場合があります。適宜調整して下さい

このレシピができるのは「CORON Cook」「CORON Mom」のセット商品となります。

SINKOUGAMA
伸 光 窯

〒509-5102 岐阜県土岐市泉町定林寺629-2
tel 0572-26-9275 fax 0572-55-3275
e-mail info@sinkougama.co.jp

web



insta



shop





スパイシー枝豆 酒のつまにピッタリ!!

【材 料】

・枝豆 ————— 180g

(A) [調味料]

・ガラムマサラ ————— 小さじ2

・塩 ————— 小さじ1

・コンソメまたは鶏がら

スープの素(顆粒) ————— 少々

【作り方】

① 枝豆は水洗いし両端を切り落とす。

② ①の枝豆と調味料(A)をCORONの中で混ぜ合わせる。

③ 蓋をして電子レンジ(500w)で6分加熱する。

ご使用の電子レンジにより加熱時間が異なる場合があります。適宜調整して下さい

このレシピは「CORON Cook」「CORON Mom」「CORON Me」で可能です。

SINKOUGAMA

伸光窯

〒509-5102 岐阜県土岐市泉町定林寺629-2

tel 0572-26-9275 fax 0572-55-3275

e-mail info@sinkougama.co.jp

web



insta



shop





野菜たっぷりミートソース

【材 料】 2～3人分

- ・牛豚合挽き肉 ————— 200g
- ・赤ワイン ————— 大さじ2

- ・玉ねぎ ————— 1/2個
- ・にんじん ————— 1/3本
- ・セロリ ————— 5センチ程度
- ・マッシュルーム ————— 3個
- ・にんにく ————— 1/4片
- ・トマト水煮(カット) ————— 1缶

(A) [調味料]

- ・ケチャップ ————— 大さじ2
- ・ウスターソース ————— 大さじ1
- ・塩 ————— 1つまみ(0.5g)
- ・コンソメ(顆粒) ————— 小さじ2
- ・オレガノ ————— 適量
- ・鷹の爪 ————— 適量
- ・塩、こしょう ————— 適量

※材料を1人分にすれば、
「CORON Me」でも調理できます。

【作り方】

- ① ひき肉と赤ワインを混ぜ合わせる。
- ② 玉ねぎ・にんじん・セロリ・マッシュルーム・にんにくを全てみじん切りにする。
- ③ ②の材料をCORON riceに入れ、蓋をして電子レンジ(500w)で3分加熱する。
- ④ レンジ庫内から③を取り出し、トマト水煮と①のひき肉を加えて蓋をし、電子レンジ(500w)で5分加熱する。
- ⑤ 再びレンジ庫内から④取り出し、(A)の調味料を加えて全体を混ぜ合わせる。
- ⑥ 電子レンジ(500w)に戻して10分加熱する。(野菜の固さが気になる場合は、再加熱して調整する)

※お好みで加熱後にチーズやバターを混ぜても良い。

※ふきこぼれる場合があるので、レンジ庫内へ入れる際に中蓋を下に敷いて加熱すると良い。

ご使用の電子レンジにより加熱時間が異なる場合があります。適宜調整して下さい

このレシピができるのは「CORON Cook」「CORON Mom」のセット商品となります。





里芋とたこのアヒージョ バケットを添えて簡単イタリアン

【材 料】 2~3人分

- ・里芋(冷凍) ————— 400g
- ・茹でたこ ————— 200g
- ・ブロッコリー(冷凍) ——— 70g
- ・にんにく ————— 1かけ
- ・オリーブオイル ————— 200ml

(A) [調味料]

- ・黒こしょう
- (ホールと挽いたもの) ——— 適量
- ・塩 ————— 適量
- ・バケット ————— 適量

【作り方】

- ① 里芋はあらかじめ冷凍庫から出して半解凍してCORONに入れる。(または先にCORONに入れて電子レンジ500wで3分加熱する)
- ② ブロッコリーはあらかじめ冷凍庫から出して半解凍する。(半解凍できない場合はキッチンペーパーなどで水分をふき取る)
- ③ 茹でたこは2~3cm大に、にんにくは1/4に、それぞれ切る。
- ④ ①にオリーブオイル・にんにく・黒こしょう・塩を加えて蓋をし、電子レンジ(500w)で8分加熱する。
- ⑤ レンジ庫内から取り出して混ぜ合わせ、②のブロッコリーを入れて蓋をし、電子レンジ(500w)で2分加熱する。
- ⑥ 再びレンジ庫内から取り出して②の茹でたこを加え、蓋をして電子レンジ(500w)で2分加熱する。

※ふきこぼれる場合があるので、レンジ庫内へ入れる際に中蓋を下に敷いて加熱すると良い。

ご使用の電子レンジにより加熱時間が異なる場合があります。適宜調整して下さい

※材料を1人分にすれば、
「CORON Me」でも調理できます。

このレシピができるのは「CORON Cook」「CORON Mom」のセット商品となります。

