

パッケージサラダ「カットレタス」を使ったレシピを紹介！

サラダクラブアレンジレシピ<レタス編>

株式会社サラダクラブ

パッケージサラダを製造・販売する株式会社サラダクラブでは、ホームページでパッケージサラダを使ったアレンジレシピ（<https://www.saladclub.jp/recipe/>）を多数紹介しています。

サラダクラブでは現在、2021年7月23日（金）までの期間限定で「カットレタス」を40g増量し、100g（通常60gの約1.6倍）で販売するキャンペーンを実施中です。

そこで今回は、パッケージサラダ「カットレタス」を使った「レタスレシピ」をご紹介します。

レタスチャーハン

レタスの食感が楽しめるボリューム満点のメニューです。



【材料】（2人前 / 調理時間：約10分）

| | |
|---------|---------|
| ◆カットレタス | 1袋(60g) |
| 合いびき肉 | 100g |
| 卵 | 1個(M) |
| ご飯 | 400g |
| サラダ油 | 大さじ2 |
| A: しょうゆ | 大さじ2 |
| A: 塩 | 少々 |
| A: こしょう | 少々 |

【作り方】

- ① フライパンにサラダ油大さじ1をしき、合いびき肉を炒め、取り出します。
- ② サラダ油大さじ1を入れ、とき卵を入れて半熟状態にします。
- ③ ②にご飯を入れて炒め、パラパラになったら①を戻します。
- ④ Aで味を整え、「カットレタス」を加えてさっと炒めて出来上がり。

*レシピURL: https://www.saladclub.jp/recipe/lettuce_fried_rice.html

BLT サンドイッチ

パッケージサラダを使ってBLTサンドをもっと簡単に作れます。



【材料】（2人前 / 調理時間：約10分）

| | |
|-------------|---------|
| ◆カットレタス | 1袋(60g) |
| 食パン | 2枚 |
| ベーコン | 4枚 |
| トマト | 1/2個 |
| キューピー マヨネーズ | 適量 |
| トマトケチャップ | 適量 |

【作り方】

- ① 食パンはトーストしておく。
- ② ベーコンはフライパンでかりかりになるまで焼く。
- ③ トマトは1cm幅にスライスしておく。
- ④ 食パンに「カットレタス」適量、②、③、マヨネーズとケチャップを挟み、食べやすい大きさにカットする。
- ⑤ お皿に④と残りのサラダを盛り付けて出来上がり。

*レシピURL: https://www.saladclub.jp/recipe/blt_sandwich.html

野菜と豚肉の重ね蒸し

電子レンジでできる簡単蒸し料理です。お好みの野菜や、ご自宅にある野菜で色々なアレンジができます。



【材料】（2人前 / 調理時間：約5分）

| | |
|-------------|---------|
| ◆カットレタス | 1袋(60g) |
| 豚肉（しゃぶしゃぶ用） | 100g |
| しめじ | 1パック |
| もやし | 1袋 |
| のせる野菜 おろし大根 | 適量 |

【作り方】

- ① しめじは石づきを除いて、小房に分ける。
 - ② お皿に「カットレタス」と、もやし、①、豚肉の順に盛り、濡れたキッチンペーパーをのせ、ラップをかけ、電子レンジ（500W）で約4分加熱する。
 - ③ お肉に火が通ったら「のせる野菜 おろし大根」をかけて、完成！
- ※電子レンジの加熱時間は様子を見て調整してください。

*レシピ URL: https://www.saladclub.jp/recipe/layered_steaming_of_vegetables_and_pork.html

カリカリベーコンとクレソンのサラダ

香ばしく焼いたベーコンとクレソンのアクセントで食が進みます



【材料】（2人前 / 調理時間：約15分）

| | |
|-----------|---------|
| ◆カットレタス | 1袋(60g) |
| クレソン | 20g |
| じゃがいも | 1個 |
| くるみ | 適量 |
| 厚切りベーコン | 4枚 |
| トマト | 1/2個 |
| A: バルサミコ酢 | 大さじ2 |
| A: オリーブ油 | 大さじ2 |
| A: 塩 | 少々 |
| A: こしょう | 少々 |

【作り方】

- ① じゃがいもは1/4に切り、茹で、クレソンは適当な大きさにちぎる。
- ② トマトは1/4に、厚切りベーコンは半分に切り、フライパンで焼く。
- ③ ①、②、くるみ、Aと「カットレタス」をボールで和える。
- ④ お皿に③を盛り付けて出来上がり。

*レシピ URL: https://www.saladclub.jp/recipe/crispy_bacon_and_watercress_salad.html

<レシピで使用したサラダクラブの商品>

・「カットレタス」(60g/税込 108 円)

創業開始の1999年より販売している定番商品で、食べやすい大きさにカットしたレタスを、食べきりサイズの容量でパックしています。サラダ以外にも、サンドイッチやスープへのアレンジにおすすめです。

*商品 URL: https://www.saladclub.jp/products/bag1/cutted_lettuce.html



・「のせる野菜 おろし大根」(200ml/税込 321 円)

「のせる野菜」は生野菜換算で40%以上の野菜を配合し、具材感をしっかりと味わえる野菜たっぷりの調味料です。野菜本来の味を感じられるシンプルな味わいにすることで、どんな料理にも合わせることができます。「おろし大根」は、ゆずの爽やかな香りを加えたポン酢仕立てで、ふんわり感と繊維の食感が残るようにおろした大根を使用しました。

*商品 URL: https://www.saladclub.jp/products/dressing8/noseru_daikon.html



<カットレタス 40g 増量キャンペーンについて>

サラダクラブでは、2021年7月23日(金)までの期間限定で、「カットレタス」を40g増量し、100g(通常60gの約1.6倍)で販売するキャンペーンを実施中です。

*詳細は以下のプレスリリースをご参照ください。

https://www.saladclub.jp/company/press/release_20210610.html



40g 増量した「カットレタス」
(100g/税込 108 円)

【キャンペーン概要】

| | |
|------------|-------------------|
| 内容 | 「カットレタス」を40g増量 |
| 内容量 | 100g ※通常60g |
| 参考小売価格(税込) | 108円 ※価格変更はありません |
| 販売地域 | 全国(北海道・沖縄県を除く) |
| 販売期間 | 2021年7月23日(金)まで※1 |

※1 悪天候などにより影響を受けた場合は販売期間が短くなる可能性があります。

<本件に関する問い合わせ先>

株式会社サラダクラブ 広報・広告宣伝部 吉田・鳥塚・伊豆野

TEL. 03-5384-7690(直通) FAX. 03-5384-7805

〒182-0002 東京都調布市仙川町2-5-7

<https://www.saladclub.jp> E-mail. info@saladclub.jp

<お客様からの問い合わせ先>

お客様相談室 TEL. 0120-662-831