



豆腐チゲ

国産にんにく・国産生姜使用！

SUN DU BU
スンドゥブ
お肉&貝の旨味ダブルスープの素

濃厚で
コクのある
スープ



豆腐と卵があれば
豆腐チゲが簡単に出来る！
身体が温まる一品



健康フーズ
6150 スンドゥブの素

170g 400円(税込価格432円)
入数 20 賞味期限 540日
JAN 4973044100202

原材料名: 豆板醤(国内製造)、
貝エキス、でん粉、ポークエキ
ス、米みそ、にんにく、水あめ、
酵母エキス、香辛料、砂糖、チキ
ンエキス、チキンブイヨン、動
物油脂、発酵調味料、しょうゆ、
生姜、(一部に小麦・大豆・豚肉・
鶏肉を含む)

栄養成分表示 (1袋(170g)当たり)	
エネルギー	62 kcal
たんぱく質	4.6 g
脂 質	0.9 g
炭 水 化 物	8.8 g
食塩相当量	3.5 g

この表示値は、目安です。



健康フーズ株式会社

神奈川県横浜市青葉区あざみ野南2-11-24
フリーダイヤル ☎ 0120-807111



豆腐と卵があればおいしいお鍋 簡単！スンドゥブの素 作り方

材料（1人前）

- 豆腐 …………… 半丁
- 長ねぎ …………… 適量
- 卵 …………… 1個
- あさり …………… 適量
- 豚バラスライス … 約25g



point

お好みで野菜、キムチ、きのこなどを加えてお召し上がりください。

おいしいお召し上がり方（調理方法）



- ① 小鍋に本品1袋をあけ、中火で温めます。
- ② お好みの具材を入れて約5分煮込みます。
- ③ 火を止める直前に卵を入れて出来上がり。



スンドゥブの素を使った アレンジレシピ！

辛味が苦手な方も
チーズや豆乳をプラスして
おいしくアレンジできます！

まろやかクリーミー



《 スンドゥブの素を使った 担々素麺 》

材料（2～3人前）

- スンドゥブの素… 1袋
- 豆乳 …………… 60ml
- 素麺 …………… 2～3束
- 豚ひき肉 …………… 150g
- ★酒 …………… 大さじ1
- ★ごま油 …………… 大さじ1
- ★醤油 …………… 少々
- チンゲン菜 …… 適量
- もやし …………… 適量
- ゆで卵 …… 1～2個

※お好みでネギなど（適量）

作り方

- ① 小鍋にひき肉と★を入れ、中火でよく炒めます。
- ② チンゲン菜、もやしはさっと茹でます。素麺を茹でます。
- ③ ゆで卵や具を盛り付け後、豆乳とスンドゥブの素を混ぜたスープを温め、かければ出来上がり。

※スープは豆乳の量を調整して、お好みの濃さにしてください。

ごま油 香る



《 スンドゥブの素を使った 海鮮かた焼き素麺 》

材料（4人前）

- スンドゥブの素…1袋
- 素麺 …………… 2束
- ごま油 …………… 小さじ1
- 醤油 …………… 小さじ1
- ★干しエビ …… 8g
- ★ごま油 …………… 大さじ1
- ★醤油 …………… 小さじ2
- ★長ねぎ …………… お好みで

作り方

- ① 鍋に湯を沸かし、素麺を茹で、冷水で塩分を洗い流すように洗います。ザルに上げて水気をよくきり、ごま油少々（分量外）をまぶします。
- ② ボウルに①の素麺、★とスンドゥブの素を入れ、全体にからむようによく混ぜます。フライパンにごま油小さじ1を熱し、②の素麺を薄く広げます。
- ③ 弱火でじっくり焼き、焼き目がついたら裏返します。
- ④ 両面に焼き目がついたら、醤油を小さじ1/2ずつ両面に塗り、香ばしい香りがするまでカリカリに焼きます。
- ⑤ お皿に盛れば出来上がり。

健康フーズ スンドゥブの素

国産にんにく・国産生姜・豆板醤を使用し、お肉と貝エキスのダブルの旨味で仕上げた、濃厚でコクのあるスープが特長のスンドゥブの素です。豆腐と卵があれば手軽に簡単おいしいスンドゥブチゲが作れます。お好みで野菜・キムチ・きのこなどを加えてお召し上がりください。

ご注意
・袋のまま電子レンジで加熱しないでください。
・やけどに注意してください。
・袋を開ける際に飛びはねに注意してください。

