

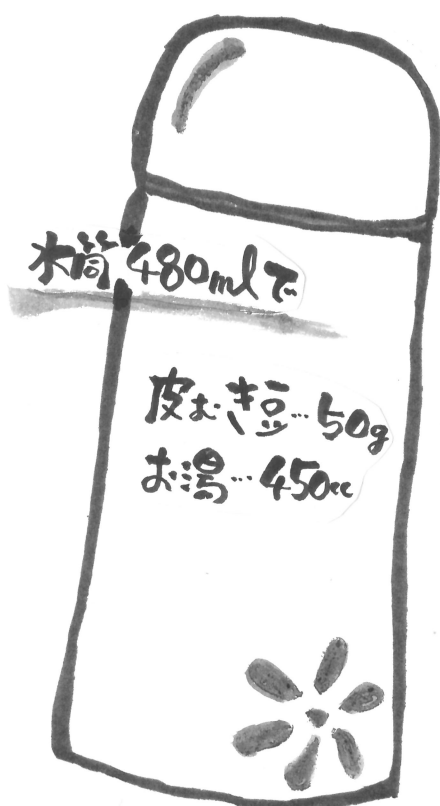
時短レシピ

ステンレスボトル

水筒で

初級編

皮むき豆の下ゆで



① 水筒を熱湯で温め、お湯は捨てる。

② 内側が温まった水筒に
材料全てを入れ蓋をし、かりして
よく振る。

③ 水筒を横に寝かせ、2時間
でき上がり。

残った冷凍保存

そのまま

サラダに、パスタ、スープ、カレー、ポポロ
(スープカレーには栄養たっぷり、
煮汁も使えてね)

◎とい

グラタン、キッシュ、ハンバーグ
マッシュ土豆ペーストに

ふきにだけ注意!!

皮むき豆は炊飯ジャーでの
下ゆでは絶対にしなくて
下さい。ふきにまみれます!!



豆間屋 大津屋物産(株)

豊橋市問屋町 11-6 TEL32-1131