



フォーユーの 甘味噌 レシピ



大葉みそ



《材料》

- しその葉 40枚くらい
(丸めてみじん切り)
- 甘味噌 大さじ3くらい

鍋で焦げないように
火にかけて出来上がり



冷や奴



蒸し玉ねぎ



焼きナス

弱火！
ヘラで混ぜて5分！



超かんたん 回鍋肉



《材料》

- 豚肉
- ピーマン
- キャベツ
- マザーオイル
- マザーペッパー
- 甘味噌

お好きな量で
作ってください



《作り方》

- ① マザーオイルを使って、豚肉を炒めます。
- ② ピーマンとキャベツを加えて、共に炒めます。
- ③ マザーペッパーを振りかけ、均等に火が通ったら火を消します。
- ④ 甘味噌を和えたらできあがり

