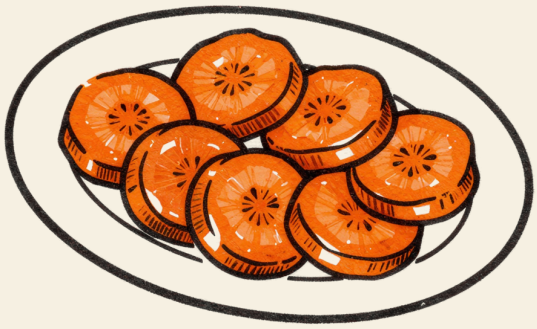
加熱で甘みが出る



1 グラッセ

バターと砂糖でつやよく煮て



2 みそ汁

彩りと甘みを添えて



3 しりしり

炒めて卵でとじて

火を通すと甘みが出ます