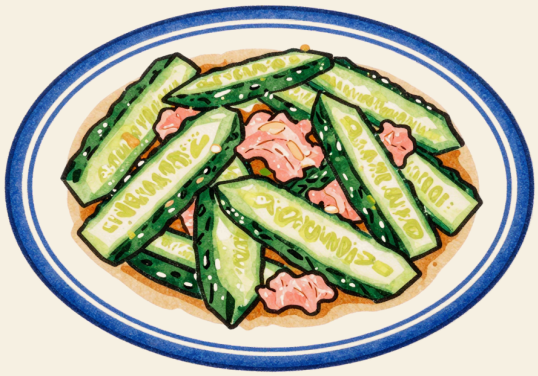
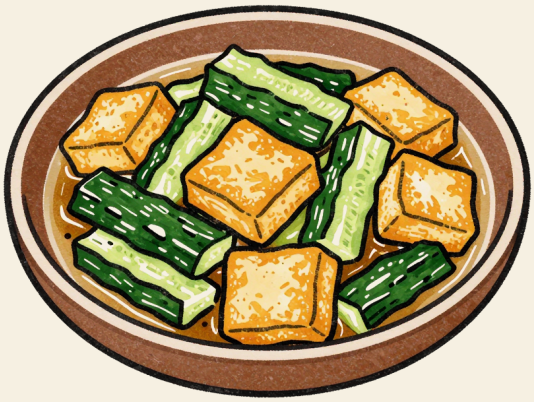
火を通すきゅうり



1 豚肉と炒める

さっと炒めて歯ごたえを残して



2 厚揚げと煮る

味がしみてやわらかく



3 卵スープ

最後に入れてひと煮立ち

火を通すと食感が変わります