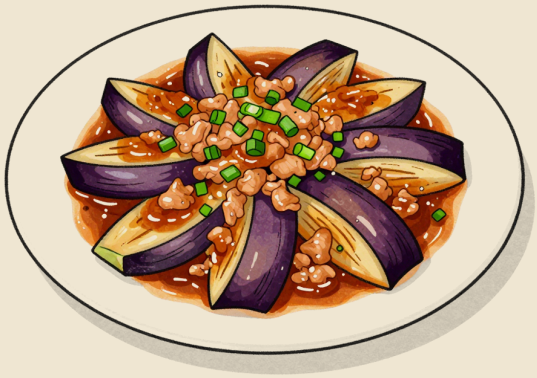
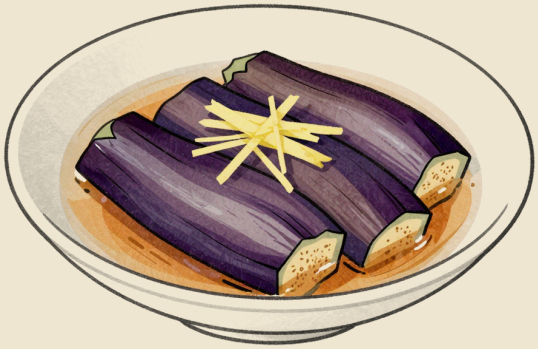
こっくり味のなす



1 麻婆なす

ひき肉とみそでご飯のおかずに



2 煮びたし

だしを含ませてやわらかく



3 味噌汁

一口大に切ってさっと煮ます

油で調理するとこくが出ます