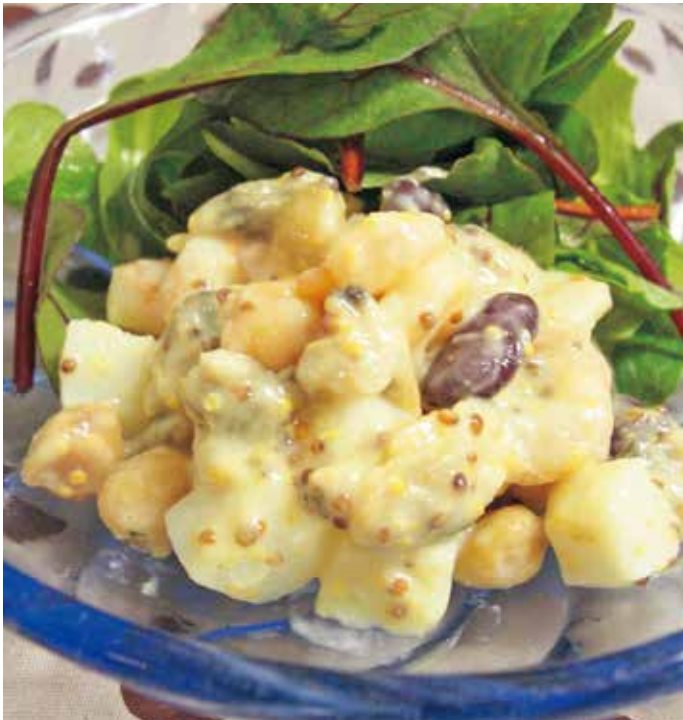


天満屋ストア・エスビー食品

ハッピー料理教室

2017年2月11日(土)開催

豆とシーフードのマスタード和え



※写真はイメージです。

材料(4人分)

- ・冷凍シーフードミックス 1袋
- ・ミックスビーンズ 1袋
- A {
 - ・りんご酢 小さじ2
 - ・白味噌 大さじ2
 - ・**S&B MAILLE 種入りマスタード** 大さじ1
- ・**S&B マジックソルト** 適量
- ・**S&B ベビーリーフ** 1袋

作り方

- ① 解凍したシーフードミックスをボイルする。
- ② ①でボイルしたシーフードに**S&B マジックソルト**をふる。
- ③ ②とビーンズとAを和える。
- ④ 器に③を盛り、洗った**S&B ベビーリーフ**を添える。

このレシピで
使用したのは
コレ!

