

「宮幼らくちんレシピ」記念すべきVo1

「お弁当作りが大変」「おかず作りに困るんです・・・」そんなママさん&パパさんのお声をお聞きます。お弁当を“かんたんに&楽しんで”作っていただけるように「宮幼らくちんレシピ」を紹介します！第1弾は宮川幼稚園の先生からの紹介です。

カニカマサラダ

- ① 卵焼きの「端っこ」を細切り
- ② キュウリを細切り
- ③ ①②にカニカマを割いて入れ、マヨネーズで和える

★おすすめポイント★ 卵焼きは卵焼き器の壁にへばりついたものでもOK！！



料理が苦手な私
でも、できました。
レッツ・チャレンジ！

とりむね肉の香草ソルトとパン粉焼き

- ① パン粉に青のりと香草ソルトを合わせる
- ② ①をとりむね肉にまぶし、少し多めの油で焼く。

★おすすめポイント★

卵焼きの後のフライパンで揚げ焼きすると手間
いらず。おつまみにもおすすめです！

