

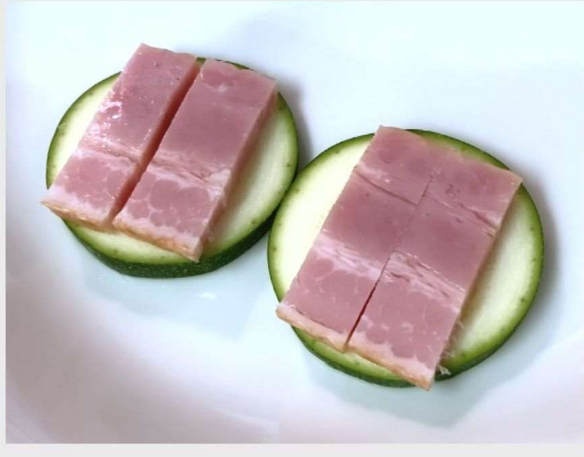


旬の食材を使った  
レシピを紹介

ズッキーニとインゲン豆で  
手軽に作れるよ

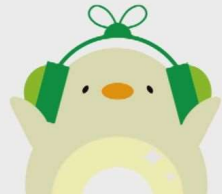


ズッキーニのベーコンチーズ焼きを紹介



1. ズッキーニを約0.5cmの厚さの輪切りにする
2. ベーコンはズッキーニの上に乗るくらいの大きさに切る
3. ベーコンとチーズをのせてトースターで7～10分焼いて完成

ズッキーニのベーコンチーズ焼きのレシピ!



1. ズッキーニを約0.5cmの厚さの輪切りにする
2. ベーコンはズッキーニの上に乗るくらいの大きさに切る
3. ベーコンとチーズをのせてトースターで7～10分焼いて完成

ズッキーニのベーコンチーズ焼きのレシピ!







## インゲン豆のごま和えを紹介



1. インゲン豆のスジとヘタをとる
2. 塩を少々入れた鍋で1分半から2分ほどゆでる
3. ゆでたら冷水にさらし粗熱をとる

インゲン豆のごま和えのレシピ!





4. 熱がとれたらペーパーで水気をとる

5. 食べやすい大きさに切ったインゲン豆を砂糖・しょうゆ・ごまのタレで和えたら完成

インゲン豆のごま和えのレシピ!

