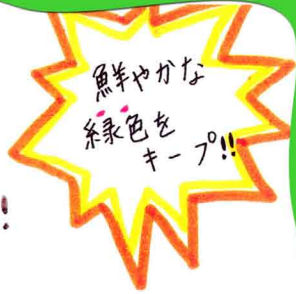


グリーンピースの

冷凍法!!



Step I

- タンサン、塩少々で 食べれる やわらかさになるまで ゆでる。

- 洗ってザルにあげる。
ませごはんを行うための冷凍であれば、 ほどよく塩をまぶし、
ビニール袋に入れて 空気は、
なるべく抜いて 冷凍。

ませごはん
なら...

Step II

- よせ作りに使用する場合は
タンサン、塩でゆで 洗い、
ザルにあげ、砂糖、塩を
まぶし、 冷凍へ...

よせごり
なら...

目にも
おいしい
グリーンピース料理の
できあがりだよ♡

