

お店では買えない
特別なカゴメです。
健康直送便



グリル野菜の「まるごと大豆」ソースかけ



調理時間：約15分

エネルギー（1人分）：142kcal

材料：（2人分）

「まるごと大豆」（100ml）・・・1パック

かぼちゃ・・・100g（くし型切り）

たけのこ・・・1/2本（くし型切り）

しいたけ・・・4枚（石突きを取る）

にんじん・・・1/2本（色紙切り）

すりごま・・・大さじ1

レモン汁・・・小さじ1/2

塩・・・少々

作り方：

1. 野菜をグリルで焼き、しいたけは食べやすく切っておく。
2. 「まるごと大豆」、すりごま、レモン汁を合わせ、塩で味を調える。
3. 1.を器に盛り、2.をかける。

メモ



このレシピは「まるごと大豆」を使っています。

カゴメ健康直送便の商品はお電話でもご注文いただけます

☎ 0120-719-899

（承り時間：毎日9:00～21:00）
（12/30～1/3の期間を除く土・日・祝日も承ります。）