

# あさび昆布 de レシピ

ホームページも  
ご覧ください♪



女性スタッフ  
イチオシ!!



## あさび昆布deツナマヨ丼

ボウルにツナとあさび昆布とマヨネーズを入れ混ぜ合わせる。きゅうりをさいの目切りにし、温かいごはんの上のにせ、混ぜ合わせたツナあさび昆布をのせてできあがり☆

材料：ツナ缶  
あさび昆布  
きゅうり  
マヨネーズ  
ごはん

## 青じそとあさびの香るおにぎり

材料：ごはん  
チーズ  
あさび昆布  
青じそ  
ごましお

チーズは小さくカットしておく。青じそは2センチほどの細切りにする。ボウルにごはんとあさび昆布、青じそ、チーズ、黒ごまを入れ混ぜ合わせる。好きな形に握ったら出来上がり。



## 長芋とあさび昆布のカンタンおつまみ★

長芋は皮をむき、3ミリの厚さの輪切りにする。ビニール袋にあさび昆布と長芋を入れて軽く揉む。冷蔵庫で冷やして出来上がり♪

材料：長芋  
あさび昆布

