

春はるのしきさいの色菜グリーンピース

さや付きだから旨味格別！



鹿児島県の南国指宿で作られたグリーンピースは
さやから出してそのまま茹でると、さやなしの冷凍や
缶詰のものとは違い、香り、色、甘みも格別です。
豆本来の旨みをおためしあれ！！

彩りや食材アクセントも
豊富な食卓の名脇役



グリーンピースを
おいしく
食べるコツ



塩ひとつまみで5～6分ゆでる



ゆで汁は捨てずに…



そのまま保存してお料理に！

冷蔵庫で
5日くらい保存可

たくさん茹でて
いろんな
調理に



豆ごはん

豆の煮汁でご飯を
炊いて炊きあがったら
豆をまぜるだけ！



豆とツナの
マヨネーズ和え

豆の風味を生かして
お手軽にツナ缶と
マヨをのせるだけ！



豆のせじゃが
ベーコン炒め

家庭の定番！？
じゃがベーコン炒めに
後のせで茹豆を適量
のせるだけ！