

とろける
おいしさ

ほう マー坊ナス

電子レンジで
楽チン!



アク抜き不要!
水を使わずカンタン調理!

～おいしい食べ方～ (マー坊のレンチンびたし)

1. 「マー坊」を食べやすい大きさに切り、
サラダ油またはゴマ油をよくからめます。
2. 耐熱容器に入れてラップをし、電子レ
ンジで約2分加熱します。
3. できあがった「マー坊」にめんつゆを
かけていただきます!

油はたっぷり
からめてね



500W
約2分

