

コウのあるごまマヨがおいしい

レンチンで! ブロッコリーとエリンギのごまマヨ和え



レシピ提供：JA全農長野

🕒 調理時間：10分

詳しい
作り方は
こちら▶



主材料 (2人分)

- ブロッコリー…… 100g
- エリンギ …… 2本
- ミニトマト …… 2個
- マヨネーズ……大さじ2
- すり白ごま……大さじ3
- みそ …… 大さじ½

／ その他のブロッコリーメニューも紹介しています。 ／

知ろう! 食べよう!
ブロッコリー大好き!

www.sakataseed.co.jp/special/broccoli/

