

和の玄米オイルで♪

手作り万能タレ

バランスビューティーインストラクターの坪尻みつこ先生考案の万能タレです。

玄米のオイルと材料をミキサーにかけるだけ♪

お手軽簡単にできちゃう、万能タレです！

■材料

和の玄米オイル→60cc

醤油→40cc

味噌→大さじ1

玉ねぎ→1/4個

セロリ→1/2本

リンゴ→1/8個

■作り方

材料をすべて、ミキサーにかけて、出来上がり！



■メモ(コツ、ポイント)

* ミキサーにかけた後、一晩寝かせたほうは、玉ねぎの辛みがなくなり、お味がまろやかに、よりおいしくなります！

バランスビューティーインストラクター

坪尻みつこさんのブログ↓

MikkoのLet's smart life!

<http://ameblo.jp/ameba-mikko/>



Rible Life
www.riblelife.com