

納豆茶漬汁



材料

- 納豆 1パック
- ごはん 茶碗1杯分
- 市販のお茶漬けのもと 1杯分
- 三つ葉 適宜
- かりかり梅 適宜
- 揚げ玉 適宜
- のり 適宜
- かつおぶし 適宜
- わさび お好みで

作り方

1. 三つ葉とかりかり梅を細かく刻み、納豆、納豆のタシと混ぜる。
2. 市販のお茶漬けのもとを使ってお茶漬けを作り、その上に1と揚げ玉、のり、かつおぶしをかけお好みでわさびを乗せる。

お茶漬けに納豆で
あったかメニュー



ポリアミンが若さをつくる

全納連

全国納豆協同組合連合会