

長芋ダイスとオクラと まぐろの韓国風和え物



< 材料 >

◎長芋ダイスのオクラ和え

まぐろ 豆板醤 おろしニンニク ごま油

< 作り方 >

1. マグロを食べやすい大きさに切る。
2. 材料を混ぜ合わせて完成。



Eastern Foods

イースタンフーズ株式会社