

はちみつ屋さんの 味噌ドレッシング

原材料にこだわりました

国産大豆

無添加

白味噌

+

醤油・米酢
清酒・蜂蜜・ごま

ビ庵の手作り



原材料

白みそ ハチミツ
しょう油 米酢
酒 ごま

かけて美味しい~

野菜サラダ・和風パスタ
冷奴・納豆・冷しゃぶ

つけて美味しい~

(加熱し本焼き片栗粉でとろみをつけて)

豆腐ハンバーグ・温野菜サラダ
ふろふき大根・田楽(里芋、こんにゃく)

和えて美味しい~

酢味噌和え(たけのこ・菜の花
ほうれん草・いんげん)・ぬた
茹で野菜のマヨ味噌和え

焼いて・炒めて美味しい



厚揚げと白ねぎの味噌ドレ焼き・野菜炒め

カレー(鯖)のホイル焼き・砂肝の味噌ドレ炒め

豚(鶏)の味噌ドレ焼き・味噌ドレ松風焼き

煮て美味しい



さばの味噌煮・かぶの味噌煮・肉じゃが(味噌風味)

ちゃんちゃん焼き味噌ドレ鍋

※計量機器は、大さじ1=15cc、小さじ1=5cc

さばの味噌ドレ煮

さば(三枚におろしたものの)	半身分
味噌ドレッシング	大さじ4
クッキングハニー	大さじ1
水	500cc
しょうが	適量

1. さばは四つに切り、皮目に縦に包丁を入れる。
2. ①のさばを表面が白くなるまで熱湯にくぐらせて臭みをと、冷水にとっておく。
3. 鍋に②のさばを重ねないように並べて、Ⓐを加えて煮る。

鶏肉の味噌ドレ炒め

鶏肉	150g	味噌ドレッシング	100cc
玉ねぎ	1個	クッキングハニー	大さじ2
にんじん	1本	しょう油	大さじ2
ピーマン	3個	しょうが汁	小さじ1
しいたけ	2枚	しょう油	小さじ1
ごぼう	1本	酒	小さじ1

1. 鶏肉をひと口大にカットし、しょうが汁・しょう油・酒で下味をつけておく。
2. 野菜を一口大に乱切りにし、ニンジン・ごぼうは塩茹でしておく。
3. フライパンにサラダ油を入れ、鶏肉と玉ねぎを炒る。
4. ③に②としいたけ・ピーマンを加えⒶを入れて炒め、味がしっかりとついたところで火を止めて、味を整える。

茹で野菜のマヨ味噌和え

ブロッコリー	1株	マヨネーズ	大さじ4
カリフラワー	1株	味噌ドレッシング	大さじ4

1. ブロッコリー・カリフラワーを色よく茹でて冷まし、水気を切っておく。
2. ①にマヨネーズと味噌ドレを混ぜ合わせてたものをからめて、味を整える。
3. 冷蔵庫でよく冷やしてお召上がり下さい。

★お好みによって、ハム・イカなどを加えると一味違う味がお楽しみ頂けます。



ハチミツ食を考える店

おおさこ

山口県岩国市周東町下須通り128

TEL 0120-038438 FAX 0120-038437

◆ 定休日 第1水曜日・第3日曜日

盆・正月・GW(ゴールデンウィーク)

ホームページ <http://www.bee-an.com>