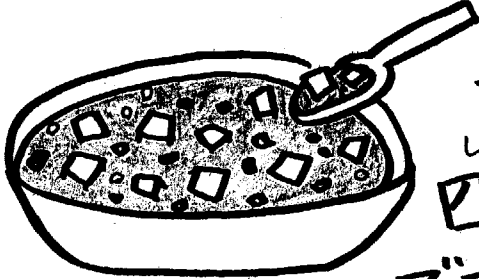


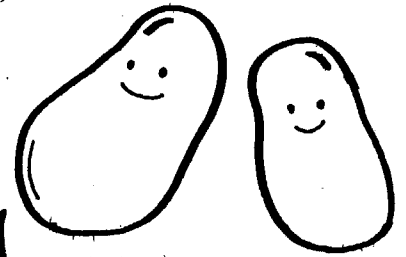
ランチメール^{3/9}



マーボ豆腐は中国の四川省で生まれた料理です。この地域は冬がとても寒いので、体を温めるために、マーボ豆腐やタンタンめんなど、辛い料理が多いことが特ちょうです。ピリッとした辛みをだすために、今日のマーボ豆腐には「トウバンジャン」という調味料を使っています。

トウバンジャンは、そら豆で作ったみそに唐辛子を加えてできます。

ごはんにかけて、ぜひたくさん食べてください。



そら豆から、トウバンジャンはつくられます

