

食べタイヨー! 知りタイヨー?

Fresh, Discounting Everyday.
ダイソー BigHouse

まごころを食卓へお届けする情報誌

第 73 号 73_03605202

<http://www.super-taiyo.com> ◀バックナンバーもこちらからご覧になれます



FREE PAPER
で自由にお持ちください

特集

50年間愛され続けている「ハイチュウ」& 炎天下でも溶けないチョコレート

うまさや輝く、苦みがある
新発売!! ビール好きのための
アサヒ「ザ・ビタリスト」



アサヒ「エナジードリンク」の紹介

- 森永製菓のお菓子が愛されているのは?
- アクエリアスで熱中症対策のススメ!
- 今回も難問? 間違い探しでアハ体験!!

プレゼント!

アサヒ飲料

アサヒビール

森永製菓

プレゼント!

コカ・コーラ

プレゼント!

日清ウェルナ

アサヒ飲料
商品詰め合わせ+
タイヨー・アサヒ
オリジナル
「ねころっけ」
レザー・スタイル
マルチケース



100名様

酒類のご応募は
20歳以上
の方に限ります。

アサヒビール
商品詰め合わせ+
タイヨー・アサヒ
オリジナル
「ねころっけ」
レザー・スタイル
マルチケース

100名様

お楽しみセット
100名様



アクエリアス
3点セット 100名様



2点セット 100名様





ABOUT MONSTER ENERGY

モンスターとは WHAT IS MONSTER ENERGY ?

モンスターエナジーはアメリカ発祥のエナジードリンクで、世界中で販売されている商品です。日本国内では 2012 年よりモンスターエナジー 355ml を中心商品として複数フレーバーを展開しています。コンビニエンスストア・スーパーマーケット・自動販売機など販路を広げ、2019 年以降カテゴリーシェア No.1※ブランドに成長しています!! ※出典飲料総研推計エナジードリンク市場 2024 年 1 月～12 月メーカー販売箱数 (日本国内)

多様化の時代でこういった自分であるべきか戸惑い周りの目にとらわれている若者にとって、自己表現やセルフブランディングを手伝ってくれる商品としてモンスターは選ばれています。彼らが自分らしさを発見し、自分らしさに打ち込む集中力や成長力のブーストになっているのです。

ブランドコンセプトは “A LIFE STYLE IN A CAN !”

モンスターエナジーは、他ブランドが実施するようなテレビコマーシャルなどの広告は行わず、その代わりにアスリート・アーティスト、e スポーツチーム・バンド・やファンへのサポートを行っています。これは私たちがサポートする様々なコンテンツを通じて、消費者が熱狂する本物の体験に拘っているからです。モンスターは、缶に詰められたライフスタイルそのものです。これからもモンスターは皆さんの情熱をバックアップしていきたいと考えています！



アメリカで成功している理由は？ Success Factors

2002 年以前はエナジードリンクは 250ml が一般的だったのに対して、モンスターは「同じ価格で約 2 倍の容量」をコンセプトに、473ml のモンスターエナジーを市場に導入し、取扱いを拡大させました。さらにそれまでなかった新フレーバーを開発することで、エナジードリンク市場を現在まで拡大させ続けています。また容量が多いことで、通常の炭酸飲料からも流入を獲得しており、「どうせ同じ容量を飲むなら、ただの砂糖入り炭酸水より、ビタミン入りの炭酸水の方がいい」という、エナジー補給だけではないリフレッシュ的な用途も開拓してきました！

商品ラインナップ

2025 年 4 月新発売のモンスターブルーレッドは、2024 年のヒット商品であるモンスターバイオレットに引けを取らない高い販売スコアを獲得しています！
本年 7 月 1 日新発売のモンスターリッパー（果汁 23%）も果汁系新商品として注目を集めています。
是非お試しください！

MONSTER ENERGY 王道のエナジーフレーバー



MONSTER ULTRA 0カロリー・0シュガー



MONSTER JUICE 果汁 × エナジー



タイヨーで人気のフレーバー紹介！

モンスターエナジー

(誰もがハマル爽快感とパンチのある味)

Monster Energy の世界を体感せよ！アメリカで生まれ、世界中で一大ブームを巻き起こしているエナジードリンク、Monster! 誰もがハマル爽快感とパンチのあるテイスト。日本の Monster ファンのために、独自のエナジーブレンドを実現、Monster ならではのゾクゾク感を体感せよ。Unleash the Beast! 野性を解き放て！



モンスターエナジー ゼロシュガー

(ゼロカロリー & ゼロシュガーのシトラスフレーバー)

Monster の M を名乗る、ゼロカロリー、ゼロシュガードリンクの道のりは険しかった。エナジーブレンドの改良、新鮮な甘さ、何百回ものフレーバーテストを繰り返して、ついに Monster が求めていた味わいが完成した。Monster Energy Zero Sugar は、仕事に遊びに必要なエナジーをふんだんにミックス。



モンスター パイプラインパンチ

(トロピカルフレーバー)

バンザイ・パイプラインはハワイ・オアフ島のノースショアを代表するサーフポイントで、冬になると危険な波が炸裂する。この壮大な自然の力に敬意を表して、我々はモンスターパイプラインパンチを開発した。ハワイで人気のパッションフルーツ、オレンジ、グアバを絶妙にブレンドし、Monster 独自のエナジーブレンドをふんだんにミックス。かのビッグウェーブのように、このパイプラインパンチも伝説となるはずだ！ Unleash the Beast !



モンスター リッパー

(トロピカルフレーバー / 果汁 23% 使用)

オアフ島ノースショアへ向かう道中に漂う魔法のような香りからインスピレーションを受けたモンスターリッパー。トロピカルフルーツの最高の組み合わせを存分に楽しめ！



新発売

ビール好きのためのビール『ザ・ビタリスト』 うまさが輝く、苦味がある



ビタリストってどんな味わい？

『アサヒ ザ・ビタリスト』は、爽快な苦みとスツキリとした後味が特長のビールです。ホップに爽やかな香りと苦みが特長の「タラス」と「ヘルスブルッカー」を一部使用するとともに、「スーパードライ」でも使用しているキレを生み出す「318号酵母」により“もう一口飲みたくなる味わい”を実現しました。

【中味】アサヒビールにしかできない「苦み」×「キレ」



【パッケージ】アサヒロゴを270度ラウンドで大きく配置

- 1 「苦み愛好者」を意味する、「Bitter-ist」というネーミング
- 2 アサヒロゴを270度ラウンドで大きく配置し、王道感、定番感を表現
- 3 シンプルなデザインかつ黒×金の洗練された配色で、ビール好きの大人向け商品であることを表現

THE BITTER-IST
ザ・ビタリスト



他ビールとの苦味の特長の違いは？

一口目から感じる鮮烈な苦みがありながら、あと残りせず爽快な余韻だけを残します。苦みとコクのある重たいビールではなく、もう一口と飲みたくなるクセになるビールです。様々な経験を重ねてきた大人に向けた、苦みのうまさを味わうビールに仕上げました。歳を重ねてきた今だからこそ分かる「苦みのうまさ」です。

ビタリストに合うズバうまレシピ

ゴボウの黒コショウチップス

黒コショウを効かせたパリパリ食感で、
つつい手伸びるおつまみチップス♪



【材料】2人分
ゴボウ 1/2本 (約100g)
塩 ひとつまみ
粗びき黒コショウ 適宜
揚げ油 (サラダ油) 適量
レモン (お好みで) 1切れ

【作り方】

- 1 ゴボウをピーラーで7~8cm長さの薄切りにし、水にさっとさらして水気を拭き取る。
- 2 鍋に1cmほど油を入れて中火で熱し、①を入れて、きつね色になり泡が少なくなるまで4~5分揚げ。
- 3 油から引き上げ、塩と粗びき黒コショウをふる。お好みでカットレモンを添えたらできあがり。

簡単スペアリブ

フライパンひとつで！手軽にできるスペアリブ♪



【材料】4人分
スペアリブ (豚) 600g
ビール 200ml
塩 適量
コショウ 適量
サラダ油 適量
ニンニク (すりおろし) 1片
しょうが (すりおろし) 1片
しょうゆ 大さじ2
マーメイドジャム 大さじ3

【A】

【作り方】

- 1 温めたフライパンにサラダ油を敷き、スペアリブに塩、コショウをしなが
- 2 【A】を全て混ぜ合わせて、合わせ調味料を作る。
フライパンにビールと、合わせ調味料を加えフタをして中火で20分。
- 3 煮汁が少なくなるまで煮詰めたらできあがり。

うまさが輝く、苦味がある。

ザ・ビタリスト

New



※本誌掲載の20歳未満飲酒・飲酒運転、妊娠中や授乳期の飲酒は、胎児・乳児の発育に悪影響を与えるおそれがあります。ほどよく、楽しく、いとお酒。のんだあとはリサイクル。① すべては、お客さまの「うまい」のために。アサヒビール株式会社

レザースタイルマルチケース
+アサヒ飲料商品
詰め合わせセット

各100名様

レザースタイルマルチケース
+アサヒビール商品
詰め合わせセット

酒類のご応募は20歳以上の方に限ります。

レザースタイルマルチケース

大きく開いて収納できる合皮素材の
マルチケース。
モバイルグッズなどの小物収納に便利



BAKE

ベイク

[ショコラ]



炎天下でも



海でも



山でも



手で溶けず
安心



ドライブでも



BBQでも



お祭りでも



炎天下でも
溶けない!



香ばしく
薫るサクサク層

なめらか
チョコレート

外側は香ばしく、
サクサクとした食感。
内側はチョコがなめらかに
広がります。1粒の中に、
おいしさがぎゅぎゅと
つまっています。

BAKEの特徴



もったり
なめらか
チョコレート

香ばしく
薫る
サクサク層



ベイクは焼いてあるから
暑くても手で持っても
溶けません

焼きチョコだから溶けない 子育てママ・パパのお役立ちチョコレート

ベイクの歴史～過去発売商品一例～



2013



2014



2015



2016



2017



2018



2019



2020



2021

卵・小麦粉不使用

ベイクは原材料に小麦粉＆卵を使用
していません。
より多くのお客様にベイクを楽しん
でいただけますと幸いです。
※小麦粉・卵を含む製品と共通の設備で
製造しています。

商品特徴

外サクツ、中なめらか～二重構造はそのままに…
「食べきれない」「こぼれて汚れる」の声に応じて
個包装化! 持ち運びにも、シェアにも、より便利に。
「チョコなのに手が汚れないから安心して子どもに
あげられる」の声を受け、お子さまに不足しがち
なカルシウム入り!

買わない理由を100円で 買い取るキャンペーン

2019年夏、
ベイクはいったい
どうしたら売れるのか・・・
悩みに悩んだ担当者・・・



【キャンペーン内容】

2019年に「買わない理由を100円で買い取る」という捨て身の
キャンペーンを敢行。たった1日で4万件、最終的には5万以上の
お声をいただいていたベイク。「買いたいお菓子」になるべく、
皆様の叱咤激励を受け、2021年夏、ベイク、復活!



101g ベイク<ショコラ>大袋
手で溶けず安心! 焼きチョコ「ベイク」
シェアしやすいお徳用のサイズです。

おすすめ!

とろ～りとろける焼き立て BAKE の作り方



1

ベイク5粒を
お皿に乗せる



2

500Wで30～40秒
温める(ラップ不要)

※秒数はお好みで調整してください



3

とろ～りとろける
口どけ!!

ほかほかベイクの
できあがり!

※火傷にはご注意ください

こんなシーンには BAKE がピッタリ!



お子様
おやつに最適

溶けないベイクは、焼きチョコだから食べる時に手や口が汚れない! カルシウムも入っていて、子供が好きなチョコだけのお菓子です。



お家の
ストック用に

溶けないベイクは、買い置きしても安心のチョコレート! チョコを買っても、気づいたら溶けてた! と悩んだ経験ありませんか?



家族
おやつに最適

溶けないベイクは、外側の食感にサクサク! 中はなめらかなチョコ。1粒に美味しさが詰まっているから、子育てや仕事で忙しい時に最適!



暑くてもチョコが
食べたい時に

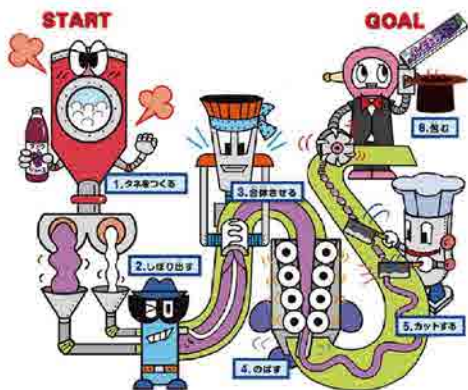
溶けないベイクは、夏や夏にぴったりなチョコレート! 暑い外でも、チョコを食べたい! そんな時には焼きたての BAKE!



ハイチュウの日

ハイチュウの日は、『8・1・2』で、ハイチュウと読む語呂合わせと、8月上旬の夏休みの行楽や帰省などで家族と一緒に過ごす時間が長いこの時期を、ハイチュウのおいしさと食感でよりいっそう盛り上げるために制定されました。2004年に日本記念日協会で認定され、今年で21年目です。

50年目の新技術 3色での製造可能に



「3種の味が楽しめるハイチュウは期間ごとにフレーバーを変更しています。」

従来品



25年春期間限定品



シート



センター

シート



センター

森永製菓のInstagramではハイチュウで様々なチャレンジを行っています。是非見てね！自由研究にもバッチリ！



かむほど幸せ食感

ひと粒食べた瞬間、口の中いっぱいに溢れる美味しさとユニークな噛み心地があなたを元気にする

美味しさに浸っているといつの間にか消えていく不思議な食感

この幸せな時間をもっと楽しみたい
この気持ちを誰かと共有したい
ハイチュウはそんな気分にさせてくれる
幸せのパートナーでありたい

世界中の誰もが、かむほど幸せになれるひと粒をあなたに。



簡単に自分の名前のハイチュウ風のロゴが作れます！QRコードからやってみてね♪



HI-CHEW 食感のひみつ

ひとつふで、みんな嬉しい笑顔になる
ハイチュウの「食感」のひみつを大公開。
それぞれの食感の研究者たちが
ご説明いたします。

かむほど幸せ食感 研究グループ

噛む、咀嚼するは、消化の第一歩。咀嚼することで、唾液が分泌され、消化が促進されます。

パリッと食感 研究グループ

パリッとした食感、噛むときに歯に伝わる爽快感。これは、糖質と水分のバランスが鍵です。

もちもち食感 研究グループ

モチモチとした食感、噛むときに歯に伝わる弾力性。これは、糖質と水分のバランスが鍵です。

みじかに噛む食感 研究グループ

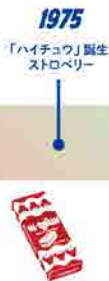
小さく噛むことで、唾液が分泌され、消化が促進されます。

ハイチュウ年表



50年の歩みを大公開！
みんなの思い出ハイチュウはどれかな？

2025
ハイチュウ
50周年

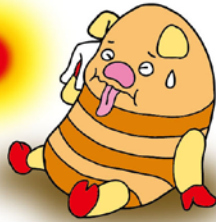


森永製菓商品
お楽しみセット
100名様



重症だと生死にかかわる「熱中症」

環境省によると、
熱中症を引き起こす
条件は以下3つと
いわれています。^{※2}



※2 出典：環境省 熱中症予防情報サイト

- 環境**
 - 気温/湿度が高い 急に暑くなった日等
 - 閉め切った屋内 エアコンの無い部屋等
- からだ**
 - 高齢者や乳幼児、肥満の方等
 - 二日酔いや寝不足などの体調不良等
- 行動**
 - 激しい筋肉運動や慣れない運動、長時間の屋外作業等
 - 水分補給が出来ない状況等

これら3つの要因により、体温の上昇と調整機能のバランスが崩れると、身体に熱が溜まってしまい、熱中症となります。

熱中症を予防するために以下のことを意識して行動しましょう。

体温を下げるためには、汗が皮膚表面で蒸発して身体から気化熱を奪うことができるように、しっかりと汗をかくことがとても重要です。汗の原料は、血液中の水分や塩分ですから、体温調節のためには、汗で失った水分や塩分を適切に補給する必要があります。軽い脱水状態ではのどの渇きを感じにくくなるため、こまめに水分を取ることが大切です。

室内でも野外でもしっかりと熱中症対策を！！

正しく知っていますか？ 熱中症

私たちの身体の約60%は水分です。暑い日やスポーツ等で体温が上がりそうになると、汗を出し、体温を下げる等、体温調節を行います。しかし暑い環境で体内の水分バランスが崩れると体温調節が困難になり、めまい、吐き気、頭痛などが起きます。これが熱中症です。

こんな時は、特に注意！

- 気温が高く、湿度が高い時
- 暑いのに風がない時
- 日差しが強い場所にいる時
- 急に暑くなった時



暑い夏を乗り切ろう！～みんなでできる正しい水分補給～

気温や湿度が高い夏は、日常生活においても汗をかく量が他の季節より自然と多くなります。

室内で過ごしているとき

- のどの渇きを感じにくく、水分補給の回数が減る
- (自然に汗をかいていても)水やお茶のみで水分補給を済ませている
- 冷房による室内の感想により、汗をかいていないように感じても、知らないうちに身体が潤っている

野外で過ごしているとき

- 直射日光にさらされて、体温が上がりやすくなる
- 湿度が高い日は、汗が蒸発しにくく体温がうまく下がらなくなってしまう
- 近くで飲み物を入手できないときは、水分補給の間隔が長くなってしまふ

身体から水分が出ていることに「気づかない」「意識していない」と、

体温調節の困難をはじめ、いつのまにか「熱中症」になる可能性があります。



涼しい服装



日陰を利用



日傘・帽子



水分・塩分補給



アクエリアス®
経口補水液 ORS
(オーアールエス)

- 1 消費者庁許可個別評価型病者用食品 (軽度～中等度の熱中症、過度の発汗による脱水状態の方に適する)
- 2 アクエリアスならではのすっきりした飲みやすさ
- 3 成人だけでなく、乳児・幼児の目安摂取量も新規設定

アクエリアス経口補水液 ORS が許可を受けた内容

アクエリアス経口補水液 ORS(オーアールエス)は、電解質とブドウ糖の配合バランスを考慮した経口補水液です。軽度から中等度の熱中症、過度の発汗による脱水状態の方が水分・電解質の補給・維持するのに適した病者用食品です。また、感染性胃腸炎による下痢・嘔吐に伴う脱水状態にもご利用ください。

経口補水液 (Oral Rehydration Solution) とは？

経口補水液は、失われた水分と電解質を、素早く補給できるよう、電解質と糖分を一定の割合で配合した飲料です。発展途上国では、コレラ感染時の下痢による脱水により犠牲になる子どもたちの命を救うため、経口補水療法(経口補水液を飲んで脱水状態を改善すること)が行われてきました。日本では、過度の発汗による脱水状態や軽度から中等度の熱中症時の水分・電解質の補給にも用いられています。

摂取上の注意

乳児	30ml～50ml/日 (体重1kgあたり)
幼児	300ml～600ml/日
学童～成人(高齢者を含む)	500ml～1,000ml/日

※上記の1日あたりの目安量を参考に、脱水状態に合わせて適宜増減してお飲みください。

■医師から次の状態時の食事療法として指示された場合に限りお飲みください。

- 軽度から中等度の熱中症
- 過度の発汗による脱水状態
- 感染性胃腸炎による下痢・嘔吐に伴う脱水状態

■医師、薬剤師、看護師、管理栄養士、登録販売者の指導に従ってお飲みください。

■食事療法の素材として適するものであって、多く飲用することによって原疾患が治癒するものではありません。

■経口補水液は、電解質の濃度が高めの、糖を含む清涼飲料水です。ナトリウム、カリウムや糖質等の摂取制限をされている方が飲用される際は、必ず医師と相談し、指導に沿って使用してください。

アクエリアス
3点セット
100名様



※アクエリアスは病者用食品ではありません。

※アクエリアス経口補水液 ORS は病者用食品です。医師に指示された場合に限りお飲みください。

パスタのおいしさを、すべての人へ

マ・マー

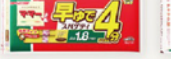
誰もが手軽に作れて、誰にとってもおいしくて、いつでも、どこでも、誰とでも、どんな人でもパスタを作って食べる喜びを生活に取り入れられる、そんな社会を作っていくブランド。それこそが、マ・マーの約束。どんなに時代が変わっても、変わらない愛情。

マ・マー ブランド

～製品進化とパスタのおいしさの追求の歴史～

- 1955 マ・マーブランド誕生。マ・マーというブランド名は、「キッチンの主役であること」を願って付けられた。マカロニの製造販売を開始。料理教室や宣伝カー等、日本におけるパスタ普及に努めた。
- 1956 ロングパスタの製造機を導入し、スパゲティの製造販売を開始。
- 1986 外食業界でイタリアンブーム。本場に対するニーズの高まりに伴い、パスタ原料を全てデュラムセモリナ 100%に。「早ゆでスパゲティ」の前身「フロント」スパゲティを発売。独自技術により5分という茹で時間を実現。
- 1999 冷凍パスタ「ソテースパゲティ ナポリタン」発売。レンジでチンでも炒めたパスタのおいしさを実現。
- 2011 『おいしさ』と『早さ』を両立させた「マ・マー スーパーフロント 早ゆでスパゲティ」を発売。翌々年には「マ・マー 早ゆでスパゲティ」にリニューアル。
- 2020 「マ・マー 早ゆでスパゲティ FineFast」としてさらに進化。

パスタのおいしさを、すべての人へ

1986	早ゆでスパゲティ「フロント」を発売		ゆでる前 ゆで上がり V字
2011	「スーパーフロントスパゲティ」に進化		ゆでる前 ゆで上がり 3枚羽
2013	「早ゆでスパゲティ」にリニューアル		ゆでる前 ゆで上がり 3枚羽
2016	「早ゆで6分スパゲティ 太麺2.6mm」を発売		ゆでる前 ゆで上がり 3枚羽
2020	パッケージと商品名を全面リニューアルし、2/3サイズも発売		ゆでる前 ゆで上がり 3枚羽
2022	3枚羽から4枚羽に形状を変更。さらに本格アルデンテ食感を追求し、電子レンジ調理も可能に		ゆでる前 ゆで上がり 4枚羽



早ゆでスパゲティ開発秘話

【開発の末、現在の4枚羽の形に。電子レンジ調理対応で環境配慮へ！】

早ゆでスパゲティについて

【早ゆでの仕組み】

早ゆでの秘密は「FineFast 製法」。マ・マー独自の切り込みを入れた風ぐるま型で、通常のゆで時間を半分以下に短縮。（特許取得済み）

形状の変化過程

※画像はイメージです。

マ・マー 早ゆでスパゲティ FineFast	乾物	ゆで時間 30秒後	ゆで時間 1分後	ゆで時間 2分後	ゆで時間 3分後
					

- V字型に溝を入れた「マ・マー フロントスパゲティ」に始まり、溝の数を単純に2個、3個と増やしていき、最大で8溝まで検討を行いました。
- 溝の入れ方についても、麺中心部に向けて真っすぐ入れる物、渦巻き型に入れる物等、100種類の形状を検証しました。
- 検証の結果、ゆで時間短縮とアルデンテ食感、ゆで後の断面の丸さを両立できるものは、風車型に3つの溝（最新型は4つの溝）を入れたものであることが判り、0.01mm単位で寸法調整を繰り返しました。

Point 1

中心部にアルデンテの決め手となる芯領域がある

Point 2

表面に向かうに従って次第に大きくなる溝の大きさ

早ゆで断面形状のひみつ

秘密は「FineFast 製法」

早さとおいしさを兼ね備えた、進化したスパゲティ。それがマ・マーの早ゆでスパゲティの特徴です。マ・マー独自の切り込みを入れた風ぐるま形状で通常のゆで時間を半分以下に短縮！しかも、アルデンテ食感が楽しめます。

（特許取得済 特許第5726493号）



「マ・マー たっぷりパスタソース」シリーズ

「たっぷりの素材がうれしい家族みんなの笑顔約束するパスタソースです。」というコンセプトのシリーズで、1997年の発売以降、これまでパッケージの姿を変えながら長く愛されてきました。これからも長く選んでいただけるシリーズとなるべく、お客様のニーズに合わせて進化を続けていきます。

果肉たっぷりミートソース いち早く取り組んだ企業として2人前のレンジ対応化を実現！

レンジ庫内の高さの制約などから、パスタソース市場における大容量のレンジ対応パウチ製品は難易度が高い中、当社は調整を重ね、いち早く取り組んだ企業として2人前パスタソースのレンジ対応化を実現しました。

ミートソースのライスピッツァ



【材料】2人分
マ・マー トマトの果肉たっぷりミートソース 1袋
オリーブオイル 大さじ1
ピザ用チーズ 50g
パセリ 適量

【A】
日清フラワー（薄力粉） 10g
冷やご飯 2膳分/卵 1個
パルメザンチーズ 大さじ2
塩 適量/こしょう 適量

【作り方】

- ① ボウルに【A】を入れてよく混ぜ合わせ、2等分にして団子状にして、オープンシートに1個ずつ挟んで、押し付けて丸く広げる。
- ② フライパンにオリーブオイルを入れて火にかけ、温まったら①を入れて焼く。両面焼けたら、ミートソースを半量かけ、チーズをちらし、フタをして蒸し焼きにする。
- ③ チーズがとけたら器に盛りつけ、パセリをちらしたらできあがり。

豆腐のミートソースグラタン



【材料】
マ・マー トマトの果肉たっぷりミートソース 1袋
木綿豆腐 1丁
ミニトマト（半分に切る） 3個
ピーマン（輪切り） 1個
ピザ用チーズ 60g
オリーブオイル 適量
パセリ 適量

【作り方】

- 下準備：豆腐をキッチンペーパーで包んで、重しをのせて水切りする。
- ① グラタン皿にオリーブオイルを塗り、豆腐を敷き詰め、上からミートソースをかけ、ミニトマト、ピーマン、ピザ用チーズをのせる。
 - ② 200℃に温めておいたオーブンに入れて、表面に焼き色がつくまで焼いたらできあがり。

日清ウェルナ 2点セット 100名様



TONKATONKA