

家にあるもので気軽に

# 「つつむ料理」



使いかけのキャベツ。にんじんの切れ端。

大根の残りも、半分だけの玉ねぎも、全部まとめておいしく食べたい！

そんなとき、「つつむ料理」をつくります。

自分や家族、仲間の食卓を満たす楽しくておいしいもの。

わざわざ買い物に行って材料をそろえなくていいし、  
上手につつめなくても大丈夫。

家にあるもので料理ができるって、

それだけでうれしい気持ちになります。

残りものを使うと毎回材料が変わるものもいいところ。

自分では思いもつかなかつた、新鮮な味と組み合わせが楽しめます。

つつむのを面倒に感じる方もいらっしゃるかもしれません。

時間がたっぷりないとできないと思うかもしれません。

でも、そんなことはなくて、たとえば、

時間と余裕がないときほど頼れるのが焼売。

タネをスプーンですくって皮にのせ、キュッとつつめばあとは蒸すだけ！

自炊はもちろん来客があるときも大助かりです。

まだつくったことがない方は、一度でいいからぜひお試しを。

口を閉じる餃子よりもじつは簡単だったと

感じてもらえるのではないでしょうか。

手が慣れてくるほどますますつくるのがラクに、楽しくなってきます。

今日はひとりだから、残りもので簡単につつむ料理。

明日は友達家族が来るから、旬の野菜を使ったつつむ料理。

来週はお弁当の日があるので、冷めてもおいしいつつむ料理。

いろんな食卓に寄り添ってくれる、つつむ料理。

さあさあ、なんでもつんじゃいましょう！

minokamo

