

レシピ公開「季節の楽らくサラダ」

楽らくうどんで作るサラダ「季節の楽らくサラダ」のレシピを公開しました。

楽らくうどんは茹でて冷蔵庫で冷やして置くと、もちもち弾力がでて、もっとおいしく召し上がれます。少し量が多いので、ちょっと残ったときにはサラダにしておくと良いですね。手軽なツナで動物性たんぱく質もとれます。

1食あたり、エネルギー85kcalたんぱく質は1.3g(動物性たんぱく質64%)

