

今月おすすめ商品  
太ちくわの  
こんな食べ方ありますよ♪

やっぱり  
天ぷら!

なかに入れる

- ◎きゅうり ◎アボカド ◎オクラ
- ◎生姜甘酢漬け ◎チーズ ◎明太子
- ◎ツナマヨ ◎ポテトサラダ



のっけるだけ

- ◎コーン+チーズ+ケチャップ
- ◎枝豆+ツナマヨ+チーズ
- ◎明太ポテト+大葉+マヨネーズ
- ◎茹でささみ+ふりかけ



シーフード  
として

- ◎ピザトーストの具
- ◎お好み焼きの具
- ◎チャーハンの具



和えるだけ

- ◎たたききゅうり+キムチ+ごま油
- ◎クリームチーズ+かつおぶし+わさび醤油
- ◎co・op のゴボウサラダと co・op のサラダチキン  
と和える

