

# レシピ配信バックナンバー

blueplants

凍結合浸		新調理	
2016年10月			
料理3品	きんぴらごぼう 肉じゃが カレイのムニエル		
ユーザー会員特典	凍結合浸調理条件記録原紙 素材説明1品: ごぼう		
2016年11月		2016年11月	
料理3品	ポークカレー 黒豆煮 伊達巻	料理6品	ポークカレー 真空調理 黒豆煮 真空調理 伊達巻 クックサーブ きんぴらごぼう 真空調理 肉じゃが 真空調理 紫芋マフィン(通常) クックサーブ
ユーザー会員特典	黒豆真空調理レシピ 素材説明1品: 豚コマ		
		新調理特典	工程解説: 下処理
2016年12月		2016年12月	
料理3品	人参のバター煮 クリームシチュー 大根のゆず味噌かけ	料理6品	人参グラッセ 真空調理 クリームシチュー 真空調理 ふろふき大根 真空調理 きのこソテー 真空調理 全粥 真空調理 鯖の煮付け 真空調理
ユーザー会員特典	調理条件マニュアル(野菜1) 素材説明1品: 人参		
		新調理特典	工程解説: 急速冷却1、2
2017年1月		2017年1月	
料理3品	焼肉(牛ランプ肉) 炊き合わせ キャベツの和風マヨ和え	料理6品	ハンバーグ・デミグラスソース 真空調理 大根と人参と里芋の煮物 真空調理 野菜のバター煮 真空調理 ミネストローネ 真空調理 白身魚ときのこの包み蒸し クックサーブ りんごのコンポート(軟) 真空調理
ユーザー会員特典	調理条件マニュアル(野菜2) 素材説明1品: 牛スライス		
		新調理特典	工程解説: 真空包装
2017年2月		2017年2月	
料理3品	里芋の白煮 さわらの塩焼き 筍のみそかけ	料理6品	里芋の白煮 真空調理 鯖の西京漬け クックサーブ アスパラとキャベツのお浸し 真空調理 チキンソテーきのこソース 真空調理 豆腐田楽 クックサーブ 筍の土佐煮
ユーザー会員特典	里芋の白煮 調味液含浸レシピ 素材説明1品: 里芋		
		新調理特典	工程解説: 一次加熱①(肉・魚)