

暑い夏を乗り切ろう！

冷凍うどんとお惣菜コーナーを活用してお手軽ご飯

暑さも厳しい中、ご飯作り大変ですね

そんな日は、火や包丁を使わずにお手軽ご飯

- ① 冷凍のココラボ讃岐うどんは茹でずに内袋のままレンチン
- ② パル東都島店の米油で揚げたエビたっぷりかき揚げや
野菜天ぷら・ちくわ天を乗せ
- ③ チューブのしょうが・大根おろし・カットネギをトッピング
- ④ 冷やした co-op そうめんつゆをかけて出来上がり！



レンチンなのに、しっかりコシのあるうどんでは食べ応えがある

エビがプリプリでボリュームがある

茄子天ぷらは肉厚

とにかく簡単で美味しい、など試食したパル委員にも好評でした



* 東都島店では、話題の米油で店頭旬の野菜を使っているの、その日によって種類が
違うそうです

エビたっぷりかき揚げも野菜天も数に限りがあり、売り切れる事もあるらしいです