

□□□□□□□

□□□□□□□□□□
□□□□25%□□□□□□
□□□□□□□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□
□□□□□□□□□□□□□□
□□□□□□□□□□

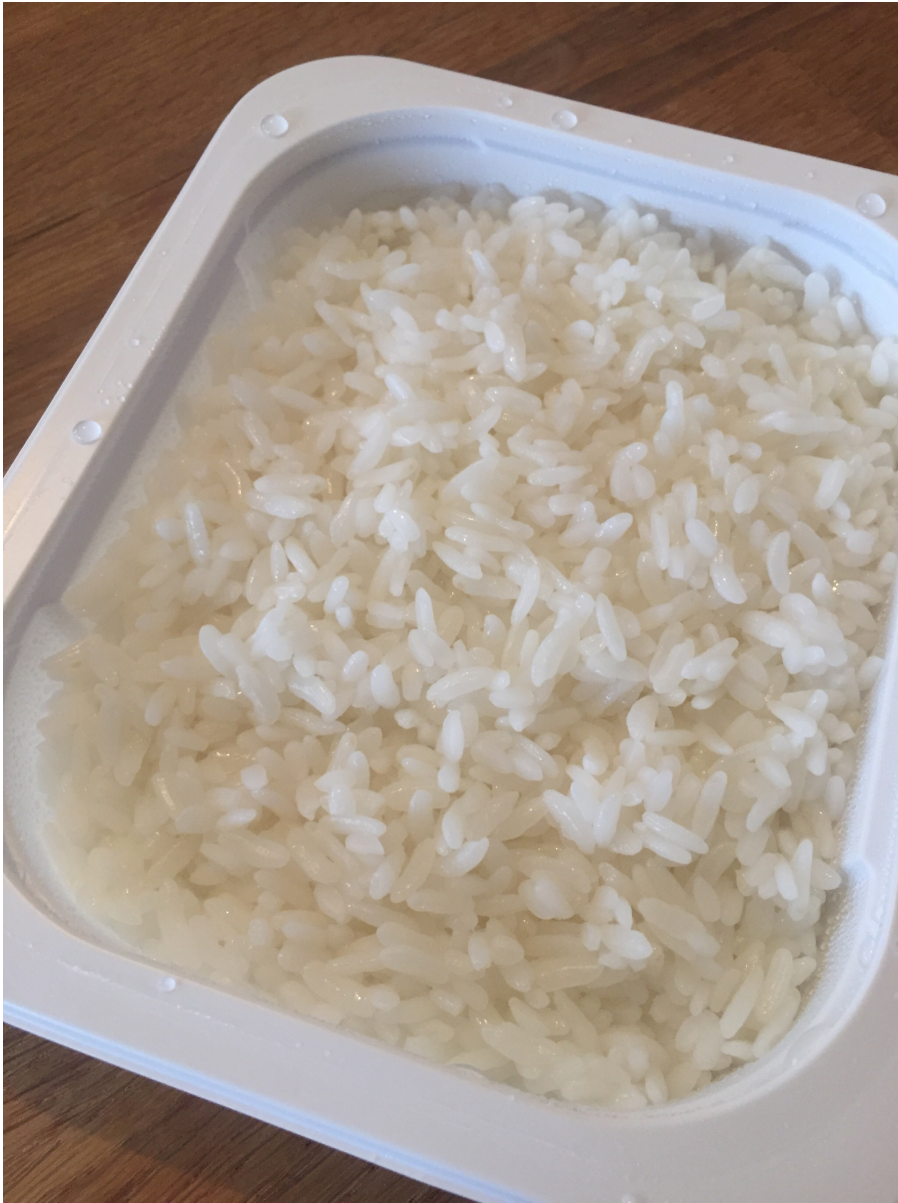
□□□□□□□□□□□□□□□□
□□□□□□□□□□□□□□□□
□□□□□□□□□□

□□□□□□□□□□□□□□
□□□□□□□□□□□□



160g
37g

60g



500w 2時間ほどで炊きあがり
お米がおいしく炊きあがり(´ ▽ `)



牛肉の量は、
お好みで調整可能
です。

3分以内で完成
します。120秒以内

簡単で、
美味しく、
ヘルシーなレシピ



[牛肉の量は、160g×24g](#)

3110円以内 (2017/2/19日)