



\\ 料理研究家 島本美由紀先生直伝! //

ペーパータオル & ポリ袋のラクワザ



ペーパータオルで ツナ缶の油切り

ツナ缶の油を切るとき、蓋や箸で抑えながら切ろうとしても完全に切れませんよね？

そんな時はペーパータオルに余分な油を吸収させちゃいましょう。

小さいボウルに4つ折りにしたペーパーを敷き、缶汁ごと中身を入れて1分ほど放置すれば、ペーパーが油をしっかり吸い取ってくれるので簡単に油切りができます。

和え物やサラダがヘルシーに仕上がります。

