



# ペーパータオル& ポリ袋のラクワザ



- ブロッコリーの保存は  
グラスに水を入れて挿し、  
ポリ袋をかぶせれば長持ち。

さらに、ペーパータオルとポリ袋を組み合わせるのもおすすめ。



- 切ったきゅべつなどの葉野菜は  
切り口にペーパーをかぶせて  
ポリ袋に入れれば、1週間は切り口が  
黒ずむことなく、新鮮さをキープできます。
- 湿気に弱いしいたけもカサを下にして、  
ペーパータオルとポリ袋を組み合わせて保存するだけ。



使いかけ  
野菜が  
長持ちします!



おいしく長持ちすれば、ムダなく使い切れます。  
さらに詳しい野菜保存術は、次回でご紹介します!!