

こんしゅう だいず とうにゅう
今週は大豆ウィーク 今日は豆乳！



だいず みず
大豆を水でもどす



ミキサーでドロドロにする



ゆでる



ぬの ふくろ い
布の袋に入れて
ギュウ~っとしぼる



とうにゅう へんしん
豆乳とおからに変身！

とうにゅう
豆乳ににがりを入れる
と、さらに豆腐へんしん
と、さらに豆腐に変身！

