

未成熟

沖縄市特産

ささげ

沖縄方言名
フーロー豆

LET'S
Cooking!
Cookpad



ささげの油揚げ巻
～イタリア風～



ささげのミルクスープ



ささげとお豆のサラダ



ささげの豚肉巻き



夏野菜のドライカレー



ささげのあげ巻煮



ささげとちくわのゴマ和え



ささげ入りぎょうざ



ささげのツナ和え



ささげの白和え



ささげの混ぜごはん



夏野菜やきそば

YouTubeは
こちらから



その他の
COOKPAD
レシピは
こちらから



沖縄市役所 市民健康課