

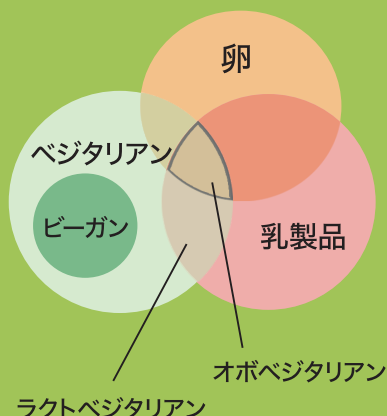


ベジタリアンとは??

動物性食品を避ける食生活を送る人のことです。

乳製品を食べるラクトベジタリアン、卵を食べるオボベジタリアン等の種類があります。

その中でも、完全菜食主義者がビーガン（ヴィーガン）です。肉・魚・卵・乳製品・蜂蜜などを一切口にせず、衣類や日用品でも動物由来のものを避けます。ベジタリアンは食生活を指し、ビーガンはライフスタイル全体を表しています。



Recipe

レシピ

肉なし肉だんご



point

あんはお店ごとの味でお楽しみください。
※卵なしのあんならビーガン対応となります！



材料

食材はすべて宮城県産を使用。

大豆ミート	1000g	オイスターソース※1	100g
酒粕	100g	醤油※2	50g
玉ねぎ	500g	ブラックペッパー	15g
にんにく	120g	ナツメグ	13g
しょうが	50g	小麦粉	50g

※1 萬家香 ヴィーガンオイスターソース香菇素蠔油

※2 キッコーマンハラル醤油