

国産きぬあ製品



キヌア粒 (生)
炊く・茹でる・炒る等して
調理してください



(高温蒸気加熱加工)
ポップキヌア
ポップパウダー
このままお召し上がり
出来ます



(葉野菜) チュパクラフィー

キヌアの炊き方

目の細かいざるでキヌアを洗い水を切る

鍋にキヌアと水を入れ、好みの柔らかさになるまで(中火で15分)焦げないように混ぜながら炊くキヌアは炊いて、スープの具や、サラダのトッピングなど便利に使い、冷蔵庫で3、4日保存できます

