

ツナ缶 MIX ビーンズ

※グループ毎にまとめて作ります。

材料（6人分）

- | | |
|---------------|------|
| ・ツナ缶（食塩・油入り） | 1 缶 |
| ・MIX ビーンズ | 1 袋 |
| ・ホールコーンドライパック | 1 袋 |
| ・ケチャップ | 大さじ1 |



作り方

- ① ボウルにポリ袋を敷き、ポリ袋の中に材料をすべて入れる。
- ② 味がなじむようによく混ぜる。



完成～