いわき野菜アンバサダー

I·V·Aレポート

**認定No.** 1399

**ニックネーム：** くーチャン

**タイトル：**

# イチジクを使ったグリーンスムージー

学習資料が届きました♪
中にイチジクが入ってましたので、グリーンスムージーの材料にしました。
（私はグリーンスムージーオフィシャルインストラクター）
イチジク2個皮ごと、桃1個皮ごと、ピオーネ皮ごと1/3房、
おかひじき1/2パック、水300m
1Lのグリーンスムージーが出来ました！
題して　秋味
イチジク、桃　共にトロッとするので、水は多めに入れました。
色はなんですが…美味しいですよ！
3種類の果物、それぞれの味がイイ感じです！
機会がありましたら、試してみて下さい