



I・V・Aレポート

認定No. ニックネーム:

224 Masayoさん

タイトル: いわき野菜を買って、
東京に帰り、即チャレンジ！！



東京から日帰り一人旅気分で、6/27(土)の「いわき野菜アンバサダーセミナー」に参加。楽しかったです！(^o^)
終了後、LATOV1階でいわき野菜を購入、「いわき産いんげんとにんじんの豚肉巻き」を作りました。

いわき産のなすはソテーして添えました。いんげんは、にんじんの拍子木切りと一緒に、生のまま豚肉に巻いて蒸し焼きにした後、水分をとばし塩こしょうしました。(仕上げにしょうゆを数滴)

水をたっぷりもらって育ったいんげんは、柔らかいのにとても良い食感で豚肉と良く合いますね。

彩りも良く、お弁当にもぴったりです！ぜひお試しください。
一緒に買ったかぼちゃはすごく甘くて、エリンギは味が濃くて歯ごたえがあり、どれも納得の味でした！(*^_^*)