



I・V・Aレポート

認定No.

1619

ニックネーム:

チームかえで

タイトル:

生活習慣病予防に

こんにちは。いわき野菜アンバサダーのチームかえでです。  
私の父は40代から糖尿病になり食事制限しているため、  
家族で気をつけています。  
菊芋は血糖値の上昇を穏やかにしてくれるそうです。  
今回は唐揚げ粉を付けて揚げ焼きにしました。

