



I・V・Aレポート

認定No. ニックネーム:

No.311

ママ

タイトル:

野菜食べてますか

一番寒い時期がきましたね
温かい鍋はほっこりしますね。
あと温かいといえば、シチューも欠かせません。
定番の玉ねぎなどに代わり、野菜具沢山なんでも美味しいですね。
我が家はお腹が膨れるジャガイモ、今が旬の白菜、体が暖まるネギ、
彩りのコーン、ウィンナーも入れて完成
シチューは何でも入れて、具沢山で食べては如何でしょうか。

