



I・V・Aレポート

認定No. ニックネーム:

1293

chika

タイトル:

トマトは体調管理に良い？

体調によって味が違うと感ずることがあります^_^
毎日食べると体調の変化が把握できて
良いと毎日食べてます。
酸っぱく感じたら疲れてるかも??と思い、
たっぷり野菜の料理を作ります。
そして先日、農協で親バカトマト売ってました。
今の季節でも美味しい。
生で食べるのが一番ですが、
白石ファームの甘い春キャベツを
スープにして頂きました^_^