



I・V・Aレポート

認定No.

4

ニックネーム:

ミサキ

タイトル:

緑がきれいなほうれん草を
贅沢に食べよう

こんにちはアンバサダー認定No.4のミサキです*
2年ぶりのレポートになりました。

家族で千葉県へ引っ越したのですが
こちらでも、いわき野菜の魅力を伝え
おいしくいただきたいと思います！

いわきの実家からお野菜が届き
新鮮なうちにさっそくいただきました！

三和ふれあい市場の「ほうれん草」で
シンプルに常夜鍋を作りました。
こんなに贅沢にたっぷりほうれん草を
味わえて体も心もほっこり幸せです！
さっと火を通す程度で食べれるし
栄養が逃げがちですが
鍋のスープも飲めばバッチリ補えます！

お野菜が高い今日この頃ですが
たまには贅沢してたっぷり使って
家族で団らんしてみませんか◎

