



I·V·Aレポート

認定No.

ニックネーム:

1617

Mie

タイトル:

学習資料いわき産直野菜セットで作り置き

いわき産直のブロッコリー、ズッキーニ、アスパラ、トマトが届きました。
ブロッコリーとズッキーニは、ラタトゥイユにして、
隠し味に瓶詰めの『にんにくみそ』を使用しました。
味がまろやかになった感じです。
アスパラガスは、茹でてめんつゆに漬け込み、お浸しにしました。
トマトは、味が濃く甘くてとっても美味しいので、
お花のようにカットして生でいただく事にしました。
作り置きした物をお皿に盛り付けたら
『いわき産直野菜セットのプレート』が出来ました。

