



I・V・Aレポート

認定No.

4

ニックネーム:

ミサキ

タイトル:

トマトでビタミンチャージ



こんにちは＊いわき野菜アンバサダーのミサキです！

私事ですが…アンバサダー就任時は妊婦でしたが、

3月に無事出産しました。

里帰りも終了し新しい生活が始まったので、ますます健康に過ごすため

に、いわき野菜をたっぷり食べたいと思います！

今回は、いわき産トマトをいただきました!!

まだ気候は安定しませんが、

暑い日にぴったりのカプレーゼを作りました。

バジルの代わりに大葉を使い、ハーブソルトとオリーブオイルをかける

だけなので簡単にできます！暑い日の時短料理にぴったり♪

みなさんも、ぜひおためしてください！