



I·V·Aレポート

認定No.

ニックネーム:

179

nagiru

タイトル:

10月のプレゼント「ハヤトウリ」を食べました

10月の学習資料は 菊芋・ハヤトウリ・すだち。

今回はハヤトウリの食レポートです。  
実は初めて調理しました。

生でサラダや漬物にもいいそうですが、  
今回は炒めものに使ってみました。  
イメージはパイナップルに近いように感じましたが、  
しゃきしゃきした食感で、ほぼ種なし？  
(柔らかかったなのでそのまま食べました)  
でおいしかったです。

