



I・V・Aレポート

認定No.

4

ニックネーム:

ミサキ

タイトル:

みず菜のしゃきしゃきサラダ



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、いわき産みず菜をいただきました!!

栄養たっぷりの切り干し大根と、いわき産みず菜を使いサラダを作りました！シャキシャキ歯応えがあり、ボリュームも出て、マヨネーズとポン酢

で和えるだけなのでとっても簡単です♪

大葉を刻んで入れるとより味わいが増すかもしれません。

みなさんも、ぜひおためしてください！