



I·V·Aレポート

認定No.

226

ニックネーム:

トマトのヘタ

タイトル:

夏越ごはん

夏越ごはんを作るために、野菜館で夏野菜を買ってきました。
紫玉ねぎが入ると、とても色鮮やかになります。
かき揚げにして、雑穀ご飯にのせ、大根おろしにめんつゆと生姜を少々。
さっぱりしっかり頂きました♪

