



I·V·Aレポート

認定No.

ニックネーム:

1617

Mie

タイトル:

いわき伝承野菜『えごまドレッシング』を使って  
～冷しゃぶ～

しゃぶしゃぶ用の豚肉をしゃぶしゃぶ。  
ニラ、しめじをしゃぶしゃぶ。

これを、冷蔵庫で冷やしておき、  
食べる直前に『えごまドレッシング』であえてみました。

暑い日にはいいですね～。

