



I·V·Aレポート

認定No. ニックネーム:

226

トマトのヘタ

タイトル:

6月30日。夏越ごはんとは?!!



今まで知らなかったのですが、
行事食「夏越ごはん」というものを作ってみました。
材料がだいぶ違うのですが、なんとなくこんな感じかな??

雑穀ご飯に、夏野菜のかき揚げ、
さっぱりたれには生姜&大根おろしなどが入っています。
野菜はゴーヤ、赤パプリカなどを入れると良いそうです。

いわきはまだ早いなあ…