



I・V・Aレポート

認定No. ニックネーム:

148

shizu

タイトル:

Instagramにアップしました。



こんにちは！いわき野菜アンバサダーのshizuです。
いわき産野菜を使って「キノアサラダ」を作りました。
とても、美味しくて、写真も綺麗に撮れたので【Instagram】に
アップしました。作り方は簡単です！
ペルー産穀物キノアといわき野菜【レタス♪赤パプリカ♪黄パプリカ♪
新たまねぎ♪きゅうり♪】を、
バルサミコ酢&オリーブオイルで和えたら出来上がり(^^)/
ヘルシーなので、たくさん食べても体重アップにならないです
よ！