

1月26日(金) 料理講座 ♡♡

「ヘルシーベジクッキング」



講師の三上清美さん

大人も子どもも楽しめるメニュー3品をつくりました。
そのあとは4年ぶりに試食をしました 😊



【メニュー】

- 豆腐の蒲焼丼
- サラダ
- 豆腐とわかめの味噌汁



【豆腐の蒲焼】

下処理をしておいた材料を混ぜる、形を整える、揚げる、たれをかけて完成です。



いただき
まーす!!

調理後はお楽しみの試食タイム。
みんなで食べるとおいしいね♪