

常備菜の品々をワンプレートに盛り付け

- *豚肉のケッチャップ煮
- *人参と枸杞子のラペ
- *かぼちゃとアボカドのサラダ
- *きのこことトマトのパン粉焼き
- *木耳と金針菜のきんぴら
- *あと一品 簡単サラダ



*長芋とおろし大根の卵スープ



*黒胡麻薄焼きクッキー



お土産にしても喜ばれます

MK Cooking
家庭薬膳、子供食育料理教室 名東区一社