

にんにく : 青森
セロリー : 長野
パセリ : 北海道
玉ねぎ : 兵庫
にんじん : 青森
じゃが芋 : 長崎
しめじ : 長野
キャベツ : 群馬
ブロッコリー : 長野
鶏肉 : 青森

7月3日(水)

ガーリックパン

ビーンズトマトシチュー

イタリアンサラダ

牛乳

ガーリックトースト

生のにんにくをすりおろし、バターとパセリをよく混ぜてパンにぬってオーブンで焼きました。とても簡単に作れるので、朝ご飯に作っても良いですね。