わが家のレシピを紹介します！

種類　どれかひとつに○をつけてください

朝ごはん　・　お弁当　・　好き嫌い工夫

料理名

カリフローレとラディッシュ（赤）入り野菜

所要時間　（　１０分　）

学びを支えるおすすめポイント

モソモソとした単調な味の野菜全体に、カリフローレ(スティックカリフラワー)とラディッシュによる、コリッとした食感と軽い辛みがプラスされ、箸が進みます。

材料名・分量　（　１人分　）

・野菜２００ｇ（写真参照）

ボウルの大きさは直径１５cm です。