はる や さい あ
きょう しょう 今日の小おかずは **春野菜のパラパラ揚げ** です!

4/17

はる や さい 春野菜は「**アスパラガス**」を つか使っています!

からだ つか と げんき さん
アスパラガスには からだ体の つか疲れを と取り、げんき元気にしてくれる「さんアスパラギン酸」と

えいよう はい
いう えいよう栄養が はいたくさん入っています。

きょう ひろしまけん と つか
今日は きょう広島県で ひろしまけん採れた とアスパラガス つかを使っています。

しゅん あじ しょっかん あじ
しゅん旬の味と、あじ食感を しょっかん味わってみてくださいね。

はる や さい きょう いっしょ
そんな はる や さい春野菜の「きょうアスパラガス」を、今日は「きょうさつまいも」「いっしょかぼちゃ」と一緒に
「あパラパラ揚げ」にしました! はる春を感じながら、かんおいしく あいただきますよ!