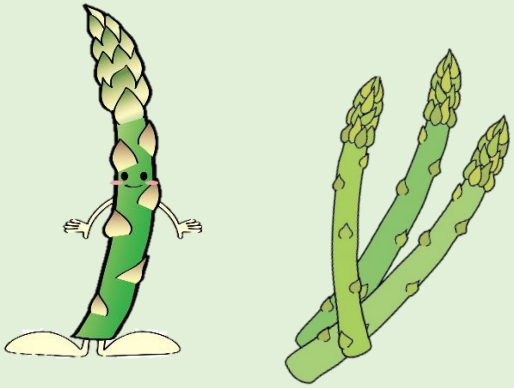
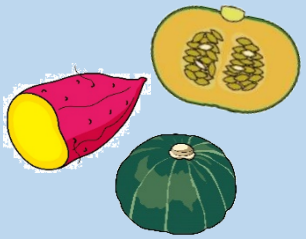
今日の小おかずは春野菜のパラパラ揚げです！

春野菜は「アスパラガス」を使っています！

アスパラガスには体の疲れを取り、元気にしてくれる「アスパラギン酸」と
いう栄養がたくさん入っています。

今日は広島県で採れたアスパラガスを使っています。

旬の味と、食感を味わってみてくださいね。



そんな春野菜の「アスパラガス」を、今日は「さつまいも」「かぼちゃ」と一緒に
「パラパラ揚げ」にしました！ 春を感じながら、おいしくいただきましょう！