



ariさん

川越 有理

1971年 日向市出身 フードバイザー

県内在住。フードバイザーとして料理教室を開くなど幅広く活躍。「家ごはん」から「おもてなしごはん」まで幅広い食シーンを提案してくれます。

【和パルBanca】宮崎市橋通西2-4-15 TEL:0985-69-8897

Desaki

デサキ宮崎店

宮崎県宮崎市吉村町東部第二土地区画整理事業地内39街区6
TEL:0985-33-9339

文具はもちろん!キッチン雑貨をはじめ、インテリアグッズやコスメ、ファッションなどライフグッズを多数取り扱っています。

ariさんちの
台所

—いちご—



1人前：約95kcal

イチゴソーダ

【材料(4人分)】

| | |
|--------|------------|
| イチゴ |1パック |
| グラニュー糖 |70g |
| 水 |100cc |
| レモン汁 |1/4個分 |
| 炭酸水 |800cc |
| ミント |お好みで |

【作り方】

- ①飾り用のイチゴ2個を除きヘタをとり1/2に切ります。
- ②鍋にイチゴとグラニュー糖、水を入れ火にかけます。沸騰したら弱火にして、アクをとりながらイチゴがクタとなるまで20~30分煮ます。ミキサーで攪拌してレモン汁を加えます。
- ③グラスに②を4等分して入れ飾り用のイチゴ、ミントを入れて炭酸水200ccを注ぎ、混ぜ合わせてできあがり。



【recoite】ハンディブレンダースリム

「本体のくびれ部分が女性の手にもしっかりフィット」

女性の手でも使いやすい「軽さ」と「スリムさ」を兼ね備えたハンディブレンダーです。

「ブレンダー」と「ピーター」の2つのアタッチメントで、なめらかな野菜ポタージュや手づくりマヨネーズ、シフォンケーキなど、手がかかりそうなメニューがおどろくほど簡単に作れるから、料理の楽しみがぐんと広がります。