

【飲める献立のポイント】

- ・ さっと食べられるお通しがあると便利
- ・ お酒と相性のいい香味野菜をたっぷり使う
- ・ 翌日胃がもたれない様に油っこい料理を避ける
- ・ ご飯や麺は控えてカロリーをおさえる



もっと

楽しく！
ウチ飲みを



白身魚のカルパッチョ



谷中しょうがの
肉巻きフライ



焼きなす入り茶碗蒸し