

動画配信

シェフズクッキング

チャレンジしよう！

# ライスサラダのワンプレートランチ

野菜をたっぷり使った、ヘルシーな  
ワンプレートランチのレシピ動画です。  
ヨーグルトの使い方にもご注目。

作りやすいので、ご家庭でも、ぜひ  
チャレンジしてみてください。



令和6年2月15日～  
配信開始(YouTube)



講師 カフェ ウフ。(Café Oeuf.)  
店長 伊藤 由佳 氏

旬の食材をのせたガレットや、クレープが食べられる、習志野台5丁目のおしゃれなカフェの店長さんです。  
子ども食堂にも携わっていらっしゃいます。



MOREベジ



もっと野菜を食べよう

お問い合わせ

船橋市健康部地域保健課 ☎047-409-3274  
E-mail chiikihoken@city.funabashi.lg.jp

船橋市のホームページでは、  
いろいろな野菜料理を紹介して  
います。こちらもご覧ください。

