

かぼちゃの キーマ風

ごろっとしたかぼちゃとウィンナーを
コクとスパイスの効いたカレーで炒め、
チーズをかけました。



Vege-meshi
【ベジめし】

1皿で
1/2日分の
野菜
175g以上が
摂れる！