

メキシコのおともだちと メキシコ料理をつくらう!



今日のメニュー

タコス

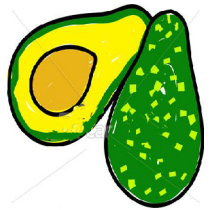


いろいろな具をトルティーヤでつつんだ食べ物だよ

きょうの具は

とり肉のティンガ

ワカモレ



アボガドを使って

かんたんおいしいヘルシーな
サラダディップを作ろう!

ケサデージャ



チーズとハムをトルティーヤに
はさんで…とろ～り

さっぱり!

レモンジュース



かんたんでビタミンCもたっぷり

Hola
Amigo

