



人気インスタグラマー わたをさんが  
今コレ食べたキ!のレシピを作ってみた!



10月6日放送

太刀魚のルーロー・ペルシエ風味



彩り追加にオリーブオイルで  
ソテーした野菜をトッピング。



野菜の味付けは塩と粗びき黒呂しょう。  
ペルシエと一緒に食べると美味しい。

カットして断面が  
見えるように盛り付け!

