

レタスだよ！



レタスは、とても身近な野菜。しかし、優しい気持ちになる働きがあるそうです。

サッと炒めてチャーハンにしたり、ドレッシング等をかけ生でパクッと食べたり、手軽なので、たくさん食べましょう。

