



MCC Soup Cafe



カラダに優しい癒しメニュー
＜大麦といただくオニオンスープ＞
From: MCCスープアンバサダー

年末年始のご馳走で食べ疲れしてしまった方へスープラバーな村田侑加さんから、カラダに優しいアイデアが届きました。



お正月は毎年恒例のごちそうがずらりと並ぶ、そんな時期。
いつもに比べて食べ過ぎてしまった...なんて方も多いはず！

お正月が過ぎたら、少し胃腸を休めてあげる期間をつくと
これからの日々がよりもっと快適に過ごすことができます。

お腹を休めるごはん。
でも、満足感が欲しいな...と、感じる方に オススメなアレンジをご紹介します！

『淡路島産玉ねぎのオニオンスープ』に炊いた大麦をプラスして、召しあがれ^^

じっくり炒めた玉ねぎの甘さを感じながら、大麦で満足感のあるお食事になりますよ。
また、大麦には食物繊維が豊富に含まれているので、腸内のお掃除にも役に立ちます。
ぜひ試してみてくださいね。



MCC SOUP CAFE Facebookページでは、
これからも、おうちでマネできるスープの食べかたアイデアを随時ご提案していきます。

どうぞご期待ください。
MCC SOUP CAFE編集部

=====
今回のアイデアを紹介してくれた
MCCスープアンバサダー
村田 侑加さん(フードプランナー)
【Instagram】v_yukaphoto_v
【Blog】<https://yuka-simplelife-food.amebaownd.com/>
=====

