

レシピ公開「トマトミルクラーメン」

慌ただしい年末年始を終えてお疲れ気味の体に優しい「トマトミルクラーメン」のレシピを公開しました。

トマトのリコピンは加熱や油 チーズと一緒に摂る事で吸収されやすくなります。
リコピンパワーで骨まで丈夫に！