**グリーンスムージー　　　　　　　　　　　　　　　 各１人分**

　　　　　　　　　　　　　　　　　キウイ　　　　　　半個

　　　　　　　　　　　　　　　　　パセリ　　　　　　３房

キューリ　　　　　タイカレー残り

　　　　　　　　　　　　　　　　　大根　　　　　　　タイカレー残り

バナナ　　　　　　1/3

豆乳　　　　　　　50cc

　　 酒粕 10g

ハチミツ 少々　　　　　　飾り用オレンジ

**タイカレー**

白米（もち麦）　　　適量

大根　　　2cm

**具**　　パプリカ

　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　アボカド

　 　　　　 エリンギ　　　　　　　　 オリーブ油・塩

キューリ

トマト

 　　　 **ルー**　トマト 半個

　　　　　　　　　　　　　　　　　 　　　アボカド　 半個

　　　　　　　　　　　　　　　　　 　　　豆乳　　　 100cc

　　　　　　　　　　　　　　　　　 　　　カレー粉　　大3/4

　　　　　　　　　　　　　　　　　 　　　唐辛子 少々

　　　　　　　　　　　　　　　　　 　　　塩　　　　　少々

　　　　　　　　　　　　　　　　 　　　にんにく　　少々

**淡雪ワインゼリー（5人分）**

　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　赤ワイン 　　　200cc

　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 水　　　　　　　50cc

　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　きび糖　　　　 大2

 粉ゼラチン　　　5ｇ

　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　卵白身　　　　1個分

　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　桃　　　　　　1個