

愛情かわら版

ストロベリーシスターとゆかいな仲間たち

蒸し暑い(予定)の釧路の夏に!
霧の町釧路と言うだけに夏になると霧が出て、湿度が高くなりムシムシしていて汗が蒸発する前に体を冷やしてしまうことも!?

そこでお勧めなのが“梅干し”です!
水分代謝を高め、腸を整えるのにも非常に良い食品の一つです。

そして、暑い夏の時期には食中毒にもご注意を!
梅の殺菌力を上手に使って健康管理もバッチリ
(>+<) / キャンプやBBQ、花火などなど夏を満喫しましょう!

このすっぱさがくせになりま〜スッパ(笑)

