



日本産・環境・安心
食の3重丸
セレクション

日本産で環境にやさしく、
安心な製品を応援します



voice 44

コジマフーズの 「有機玄米ごはん」を食べてみました

2014年6月18日更新

テレビの健康番組で、便秘に良い食べ物ということでオリーブオイルがあげられていました。

特に納豆にかけて食べるのがベストであるとのこと。

こういう事を聞くとすぐに試してみたいのですが、納豆にオリーブオイルをかけただけで食べるのも芸がないかと思い、他にどんな納豆料理があるのかネットで検索してみました。

その中に、玄米を使った納豆チャーハンというのがあって、簡単に作れそうだったので、これを作ってみることにしました。

上手くできなかった場合を考え、無駄にならないよう、1食分ずつ売っているコジマフーズ株式会社の「[有機玄米ごはん](#)」を使うことにしました。



W杯日本戦のハーフタイム中にサッサッと作ったのですが、思ったよりも上手くできて、ビールを飲みながら美味しく食べました。

ただ、日本チームは黒星スタートとなってしまいましたね……。

会員のT.K.さん(岐阜県)