

ウェルネスかごしま 健康増進魅力発掘プロジェクト 料理レシピ部門



素材名

長命草塩
～色鮮やかで長命草独特なくせになる苦み～

名前
(ニックネーム)

赤土 様

所在地 (県名)

鹿児島県

ポイント

徳之島長命草は、厳しい自然環境で遅く育った、徳之島の海洋ミネラルを豊富に含む「長寿と美容のスーパーフード」。島らっきょの天ぷらやニンニクの素揚げに付けて食べるがおすすめです。

材 料

長命草パウダー
塩

作り方

長命草パウダーと塩の目安は1：1で混ぜるだけ。お好みにより量を調整してください。