

こんにちは、夏バテ知らず、食飲アップ中の大阪支店ミズリーノです。というわけで、ミズリーノの食にまつわる話をいくつか・・・●好きな食べ物・・・寿司。(特にえび、まぐろ、鯛)●嫌いな食べ物・・・美味しくもないもの。(嫌いな食材はございません)●自分で作る物・・・イタリア仕込みの Pasta、オムライス、チャーハン。●食べる量・・・運動量に比例。●運動量に比例とは・・・過去には、回転ずし20皿にうどんを食べた後ラーメン。●直近で食べたもの・・・インド料理。(ナン、カレー、タンドリーチキン)●好きな果物・・・ベリー系、マンゴー。●好きな麺・・・時屋、がもう、谷川米穀店、宮っ子(鳴尾)。●好きな肉・・・タン、せせり、肩ロース。●好きな味・・・甘、辛、酸、苦、なんでもOK。●デザートは・・・別腹。(和洋OK)●お茶漬けとえば・・・梅。●食へのこだわり・・・炭水化物は必須です。●居酒屋でついつい頼む・・・出し巻き、漬け盛●祖母からの教え・・・「出されたものは食べなさい!」●母からの教え・・・「食べても大きくならないので育てがいがいい!」●祖父からの教え・・・「魚は骨ごと、エビは殻ごと!」などなど、一先ず軽くこんなところでしょうか。私、食のバランスや食べ合わせよりも、体が欲してるものを感じ取り、食べるようにしています。夏も中盤から後半でしょうか?水分も必要ですが、食細りにも気をつけて暑い夏を乗り切りましょう!! 防犯、監視カメラの卸販売