

パラグアイリょうり  
について

たべもの



にくしょくぶんか 



のみもの



にくで とれない  
えいようをとる！

# マテチャ



のむ やさい



# マテちゃんの のみかた



# ☆つくるりょうり☆

① チーパ

② タジャリン

③ マテチャ

④ コシード

