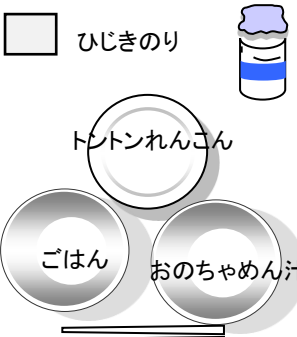
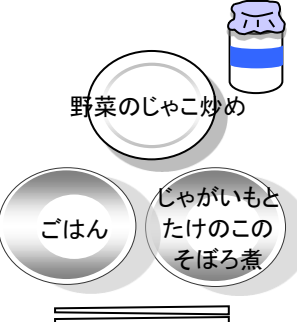
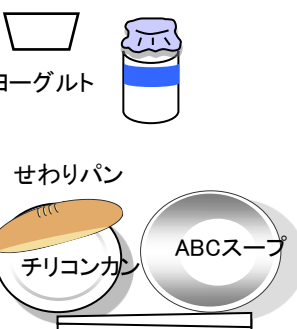
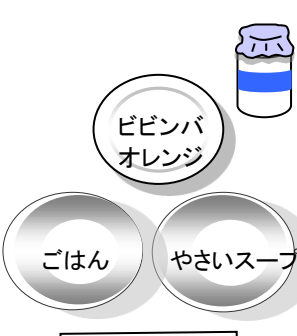
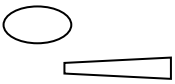


28日 月曜日		おの ちや 小野茶めんについて きょう おの ちやめん せつめい 今日は小野茶麺について説明します。小野茶麺は、小野茶の粉末と小麦粉をねって作った麺です。宇部市の小野地区では、小野茶の生産がさかんです。100ヘクタールの大きな茶畑でお茶を生産しています。冬に濃い霧に覆われるこの地域では、お茶の栽培に適しているため、昔から栽培されています。茶畑に行くと、大きな扇風機のようなものが設置してあります。これは、ぼうそうファンとよばれ、お茶に霜がつくのを防ぐ機械です。新茶が伸びる4月は、まだまだ朝夕冷え込み、霜がおりると、芽がやけてしまい、お茶が収穫できなくなります。そこで、上空の温かい空気を送り込んで、霜がつかないようにしているのです。
29日 火曜日		じゃがいもについて きょう じゃがいも せつめい 今日は、じゃがいもについて説明します。じゃがいもは、オランダ人が長崎にもってきたことから日本で広まりました。じゃがいもは、体やのうを動かすエネルギーとなるはたらきをします。昔、日本できんがおきたときに、日本人の命をすくった食べ物でもあります。また、ドイツでは、「野菜の王様」とよばれ、ドイツでは、じゃがいもはたくさんの料理に使われています。今日は、煮ものに入っています。
30日 水曜日		チリコンカンについて ちゅうなんべい ちか た りょうり ひきにく やさい チリコンカンは、中南米のメキシコの近くで食べられる料理です。挽肉や、まめ、野菜などとチリパウダーを一緒に煮込んだ料理です。チリパウダーは、とうがらしとたくさんの香辛料をいれたスパイシーな調味料です。今日は、ぎゅうにくとぶたにくの挽肉としろいんげんまめ、にんじんやたまねぎ、マッシュルームを入れて作ります。チリコンカンはパンにはさんでいただきます。
31日 金曜日		ビビンバについて きょう せつめい かんこく りょうり 今日はビビンバについて説明します。ビビンバは韓国の料理です。ビビンというのは、まぜるという意味です。また、パは、ごはんを意味します。日本でいうまぜごはんのことです。ビビンバはごはんの上にいるとりどりのナムルをのせて食べます。ほうれんそうのナムルや大豆のもやしのナムル、キムチ、牛肉やたまごを炒めて、調味料であじつけたもののものをせていただきます。ごはんと一緒にいただきます。



]

ヨーグルト