

11がつ25にちの こんだて

ごはん

にくだんごのちゅうかに
こめこしゅうまい
もやしのなむる



Today's Quiz

日本で市販されるもやしで1番有名で、

生産量が最も多い原料の豆はどれでしょうか？

- ①大豆 ②緑豆 ③アルファルファ ④小豆

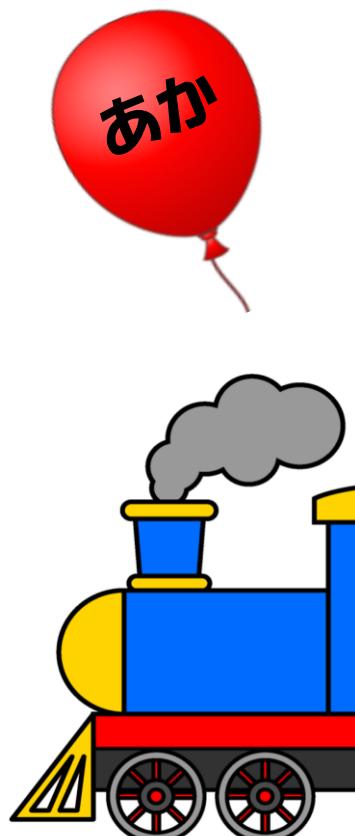
ゆっくり
よくかんで



こたえ： ②

日本で流通している袋入りもやしの約9割は緑豆を発芽させた緑豆もやしである。緑豆はアジアで古くから発芽用に使われ、吸水が速く発芽率が高い。大豆もやしは韓国料理などでは一般的だが日本ではシェアが低い。アルファルファはサラダ用スプラウトで別系統、小豆は発芽毒が強く食用もやしにはほぼ用いられない。

11がつ25にち きょうのたべもの



さとう



もやし



かたくりこ



チンゲンサイ



しいたけ



たまねぎ



にんじん



こんぶ



ミートボール



ごはん



ごま油



しょうが



げんきいっぱい
エネルギーのもと



びょうきにまけない
からだのちょうしを
ととのえる