

きょうのこんだて

1がつ20にち

ごはん

ばちじる ぎゅうにくのしぐれに

にくだんごのてりやきソース

ブロッコリーのおかかあえ



きょうのポイント

かつお節

かつおの身を茹でて、水分を26%以下までくん製にしたものです。けずる前のものを「かつお節」けずった後のものを「けずり節」といいます。

かつお節は完成するまでに簡単なものでも1か月間かかります。

長いものだと完成まで3か月～半年以上かけてつくられるものもあるそうです。

