

きょうのこんだて

10がつ27にち

ビビンバ
わかめスープ
みかんゼリー



きょうのポイント

ビビンバ

ビビンバ(ピビンパッ)とは「ピビダ(混ぜる)+パッ(ご飯)=混ぜご飯」で、本来は残りご飯にナムルやコチュジャン、ごま油などを混ぜて小腹がすいたときに食べる手軽な料理のことです。

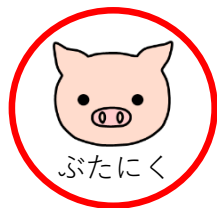
今ではユッケや色とりどりの野菜や味付けのビビンバがあり、彩もキレイな&栄養満点な韓国グルメの中でも人気のメニューの1つです。



10がつ27にち きょうのたべもの



わかめ



ぶたにく



デザート



ごまあぶら



さとう



ごはん



えのきだけ



しいたけ



あおねぎ



にんじん



ほうれんそう



もやし



しょうが



にんにく

