

きょうのこんだて

12がつ12にち

はやしらいす
おにおんさらだ
みにぜりー(もも)



きょうのポイント

玉葱

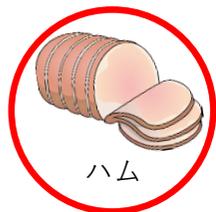
洋風料理の甘味とコクを出すにはなくてはならない野菜です。皮と芯は味を損なうので取り除くことが多いですが、皮は染料として使用したり、肥料として使用することができます。調理では繊維に沿って薄切り(和え物、サラダ)、芯をつけたままくし切り(煮込み)、繊維を断ち切るように輪切り(フライ、サラダ)など用途に合わせて切り方を使い分けて使用します。



12がつ12にち きょうのたべもの



ぶたにく



ハム



こんぶ



ルウ



マーガリン



オリーブ
オイル



ごはん



さとう



デザート



にんにく



こまつな



たまねぎ



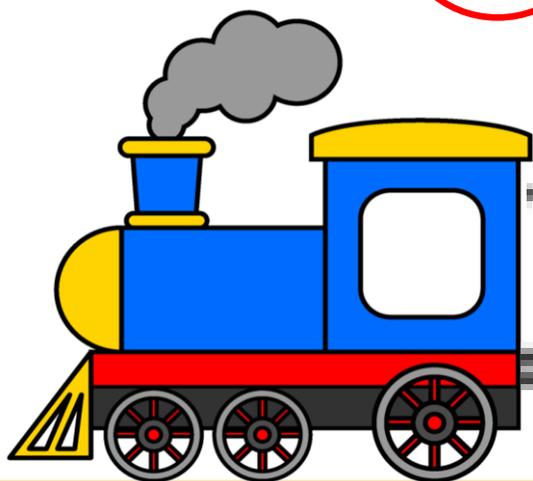
トマト



マッシュ



にんじん



からだを
つくるもと



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