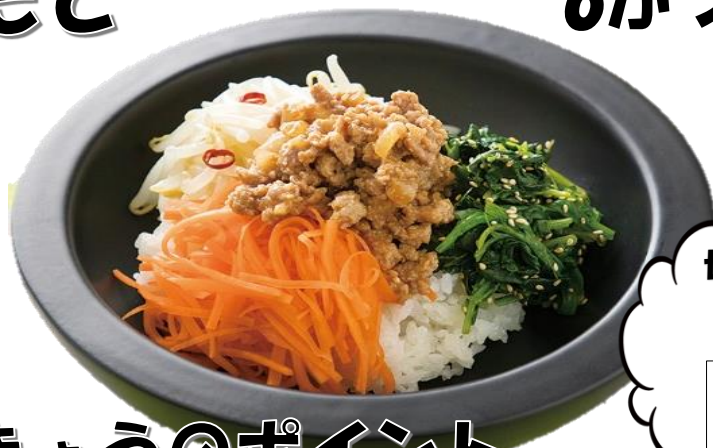


きょうのこんだて

6がつ11にち

びびんば
とつくすーぽ



世界の料理

韓国



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。

ゆっくり
よくかんで
たべよう



6がつ11にち きょうのたべもの



ぶたにく



トック



ごまあぶら



さとう



ごはん



チンゲンサイ



あおねぎ



にんじん



たまねぎ



ほうれんそう



だいこん



もやし



にんにく



しょうが

