

きょうのこんだて

2がつ17にち

ごはん(手作りふりかけ)

すましじる

あじのしおやき

ごまあえ



きょうのポイント

ふ

お麩の原料は小麦粉です。小麦粉からグルテンという成分を取り出して形を整えて焼いたものを「焼麩」、グルテンに餅粉を加えて形を整えて茹でたり蒸したりしたものを「生麩」と呼びます。お麩は中国から日本に伝わりました。当初は天皇や貴族しか食べることのできない高級な食品でしたが、後に精進料理で使われるようになりだんだんと一般へ普及していきました。

ゆっくり
よくかんで
たべよう



ほねにきをつけてたべよう



2がつ17にち きょうのたべもの

