

ランチメール

きょう

今日のこんだて

12.9

- ・そばろごはん
- ・せんべいじる
- ・みかん
- ・ぎゅうにゅう

せんべいじるは^{あおもり けん}青森県のきょうどりょうり
です。^{こ むぎ}小麦^{つく}こで^{なん ぶ}作られた「南部せんべい」が
^{なか}しるの中^{とう ぼく}にはいます。むかし東北
^{ち ほう}地方^{こめ か}では、さむさのため、お米の代わりに
なる^{こ むぎ}小麦やそばをさいばいしていました。
^{しる よう}汁用^にのせんべいは煮^あこんでもくずれにくく、
^{しる}汁^みのうま味をすて、おいしくなります。
^ぐ具もたっぷり^{からだ}で、体^{あたた}が温^{しる}まる汁ものです。

にんじんとこまつなは
^{ふじさわし}
藤沢市でとれました!

