

ランチメール

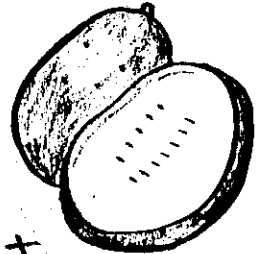
きょう

今日のこんだて

9.17

・ビビンバ・とうがんのとろとろちゅうがスープ
・れいとうみかん・ぎゅうにゅう

きょうのスープにはとうがんというやさいが
はい入っています。みどり色の大きなだ円形で、
きしろいろなかみ切ると白色の中身をしています。
かんじふゆうりか漢字で「冬の瓜」と書きますが、
じつなつしゅんながほ実は夏が旬です。長く保ぞんでき、
ふゆたふゆ冬まで食べられるので、冬という字が
つかやくパセントすいぶん使われています。約95%が水分で、
にしょかんよく煮こむととろとろの食感になります。



ビビンバのもやしと
れいとうみかんは、
かながわけんさんです。

