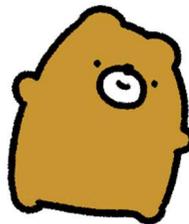


今日の  
おすすめ

ごもく  
「五目きんぴら」



きょう  
今日のテーマ：「きんぴら」ってそもそも何？

えどじだい にんき にんぎょうげき  
江戸時代に人気があった人形劇

きんぴらじょうり しゅじんこう さかたの  
「金平浄瑠璃」の主人公「坂田

きんぴら と なまえ  
金平」から取られた名前です。



な！  
なんと！

むかしばなし きんたろう  
昔話の金太郎さ

さかたのきんとき  
ん（坂田金時）の

むすこ  
息子なのです！！



さかたのきんぴら ちからづよ  
坂田金平の力強さを

○ ごぼうのしっかりとした歯ごたえ

○ とうがらしの辛さ

にたとえ、千切りごぼうを甘辛く炒め煮にした料理を「きんぴらごぼう」と呼ぶようになりました。

えいよう  
ごぼうの栄養

しょくもつ  
ごぼうは「食物せんい」がたっぷり  
なか そうじ  
りで、お腹の掃除をしてくれます

