

9月4日 (水)

種類が多く、形や大きさが、いろいろあります。

なす

丸なす
京都の「賀茂なす」が有名です。



卵型なす・中長なす
一番よく見られる形です。給食で使われているなすです。



長なす
20センチメートルから25センチメートルも長さがあるものです。



きょうのこんだて

ごはん
ぎゅうにゅう
マーボーなす
もやしのごますあえ
えだまめ

き	(おもにエネルギーのもとになる) ごはん あぶら、でんぷん すりごま、さとう、ごまあぶら
あか	(おもにからだをつくる) ぎゅうにゅう ぎゅうひきに、ぶたひきに あかみそ
みどり	(おもにからだのちょうしをととのえる) なす、たまねぎ、にんじん ピーマン、しょうが もやし、えだまめ

クイズ3 なすが生まれた国は、どれでしょうか。

① イギリス ② 中国 ③ インド

一口メモ

○今日の主菜は「マーボーなす」です。マーボーなすは、じつは、日本でアレンジしてできた中国四川料理です。中国では「魚香茄子(ユーシャン・チエツ)」として知られるなすとひき肉を使った料理です。



○マーボーなすに使用しているなすは、もともとインドにあった野菜です。日本には、今から1300年前には伝わってきました。なすは、にがみもなく油をつかった料理にもよく合う野菜です。

てんぷらやおひたしなど日本料理によくあう野菜です。

○1年生が、なかよし畑で栽培していた「とりかいなす」は、丸なすのなかまです。とりかいなすは、なにわの伝統野菜です。大阪府摂津市で江戸時代からさいばいされていました。



とりかいなすの花



なすは、花がさいたあとにできる実です。なすのへたになる部分です。



とりかいなす

にんじん	北海道	ピーマン	青森県	しょうが	高知県
たまねぎ	兵庫県	なす	徳島県	もやし	ミャンマー(工場:岐阜)

ごみの分別 □ 普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え: ③