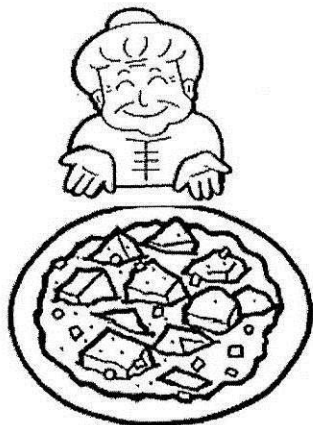


4月26日(火)

## マーボー豆腐



マーボー豆腐は、<sup>ちゅうごく</sup>中国の有名な<sup>りょうり</sup>料理です。

「マーボー」は<sup>ちゅうごくご</sup>中国語で、「麻婆」<sup>マーボー</sup>と書きます。「麻(マー)」はさんしょうのしびれるような<sup>から</sup>辛さを、「婆(ボー)」は「おばあさん」を<sup>あらわ</sup>表します。

## きょうのこんだて

マーボー豆腐  
きゅうりのあまずけ  
じゃこピーマン  
ごはん  
ぎゅうにゅう

	(おもにからだをつくる)
あ	ぎゅうにゅう・ぶたひきにく
か	ぎゅうひきにく・とうふ あかみそ・ちりめんじゃこ
	(おもにねつやちからのもとになる)
き	ごはん・サラダあぶら でんぷん・さとう ごまあぶら・いりごま(しろ)
	(おもにからだのちょうしをととのえる)
み	たまねぎ・にんじん
ど	にら・しょうが・にんにく
り	きゅうり・ピーマン

クイズ12 <sup>きょう</sup>今日の「マーボー豆腐」には、ピリッとおしくするために、どの<sup>ちょうみりょう</sup>調味料が使われているでしょう？

## 一口メモ

①トウバンジャン

②こしょう

③わさび

「生活振り返り週間」です。

○昨日5年生が家庭科で、お茶のいれかたを学習しました。

お茶を飲んで「ほっとタイム」、みんなおいしそうに飲んでいました。緑茶は日本の食文化にはかせないものです。

○そのお茶ですが、日本で飲まれるようになったのは奈良時代です。僧が中国からツバキ科の「茶の木(チャノキ)」の苗や種を持ち帰ったのが始まりとされています。

○「茶つみ」の歌にある「八十八夜」とは、「節分の日」の翌日にあたる「立春(2月4日ごろ)」から数えて八十八日目です。この5月上旬に収穫される一番茶を「新茶」と呼びます。そろそろ「新茶」が出回っています。5年生は本当においしそうに味わっていました。日本茶に心いやされたひとときでした。



4年生は「なにわの伝統野菜」作りのリーダーです。

今日、「上福なかよし畑」の草刈りをしました。

3年生と一緒に、ほぼ1年間、栽培活動をしします。



たまねぎ

長崎県

にら

高知県

きゅうり

香川県

にんじん

徳島県

しょうが

高知県

ピーマン

熊本県

ごみの分別 □普通ごみ…牛乳キャップ □今日のプラごみ…牛乳フード

クイズの答え：①