

^{とうがん} ^{なまえ} ^{ふゆ} ^{かんじ}
冬瓜は、名前に冬という漢字がついていますが、

^{いま} ^{しゅん} ^{やさい} ^{なつ} ^{しゅうかく} ^{ふゆ}
今が旬の野菜です。夏に収穫をして、冬まで

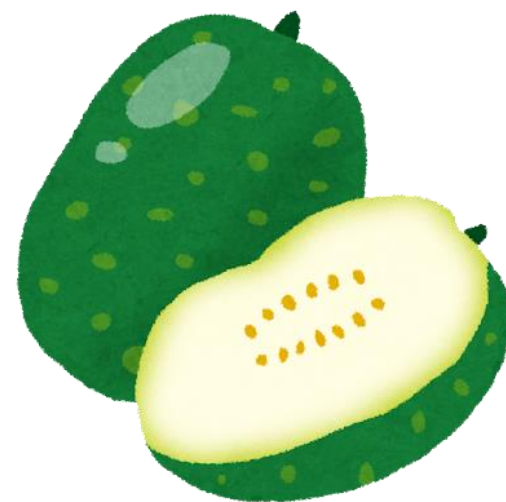
^{ほぞん} ^{やさい} ^{こと} ^{なまえ}
保存ができる野菜という事でこの名前がつきま

^{だいこん} ^{やわ} ^{あま}
した。大根より軟らかく甘みがあり、からだの

^{ねつ} ^さ ^{こうか}
熱を下げてくれる効果もあります。

^{しゅん} ^{しょくざい} ^{あじ}
旬の食材を味わって

^た
食べてみてください！





とりにく て や どん とうがん じる
鶏肉の照い焼き丼、冬瓜のそぼろあんかけ、はっと汁