

ロヒケイットは、^{ぎゅうにゅう}牛乳でじゃがいもやにんじん

などの^{やさい}野菜と、^{かくぎ}角切りにした^{さけ}鮭を^に煮たフィンランド

^{きょうどりょうり}の郷土料理です。「ロヒ」は「サーモン」、「ケイツ

ト」は「スープ」という^{いみ}意味で、とても^{さむ}寒いフィン

ランドの^{かてい}家庭では、このスープをよく^{つく}作るそうです。

^{ぎゅうにゅう}牛乳やチーズはカルシウムが^{ほうふ}豊富に^{ふく}含まれている

ので、^{のこ}残さずに^た食べましょう！





あげパン (きなこ)、ロヒケイット、コールスローサラダ