

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
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、しっかり^た食べましょう！





あ
揚げパン（きなこ）、ロヒケイット、コールスローサラダ