

2月19日(木)

じゅうじゅうの日 その②・みかんの皮をたべてみよう



きょうの“じゅうじゅうの日”は  
じぶんたちで  
おにぎりおいてみる！？



「あつかないかな？」

「じぶんでやいたら もっとおいしくなるかも」  
「やくにおいが もっとする！」  
と、わくわく・どきどきしながら  
焼き網に置くこどもたち。

香ばしい香りや、あたたかさ も  
近くで感じられたようです♪



先日の、みかんのサベレメソッド実施後から  
みかんの皮を干していました。

柑橘系の皮を乾燥させたものは  
“陳皮(ちんぴ)”と呼ばれ

古くから七味唐辛子や漢方薬、スパイスとして  
利用されています。

「ちんぴをたべてみたい」

「そのままだと おいしいけど にがいな」

「なにかにのせる？」

そんな会話をする中で  
ごはん作りのプロ！

厨房の大人に聞いてみると…

「きゃろっとらべに あうかもしれないよ」  
とのことで、さっそく試食！！

「さっぱりするかんじ！！  
めっちゃあう！ おいしい！！！」  
のお言葉を頂きました！  
つぎは、何にかけてみる？○

陳皮には、様々な効果があるようですよ○  
ぜひ、ご家庭でも○

