

わしょくすいしん ひ  
和食推進の日

がつ  
2月の  
和(なごみ)こんだて



かずくん



なごみちゃん

おから



しろてんのにつけ



すぐき



ごはん



すましじる

きょう さん だい  
京の三大つけもの



すぐき



しば<sup>づけ</sup>漬



せんまい<sup>づけ</sup>漬



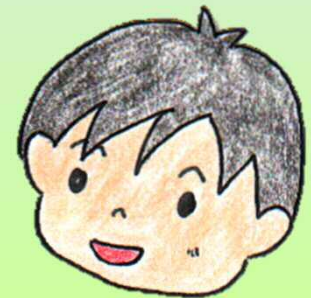
10月には、しば<sup>づけ</sup>漬を食<sup>た</sup>べたね。



「**すぐき**」はすぐき菜<sup>な</sup>を使<sup>つか</sup>って  
つく  
作られるつけものだよ。



「**すぐき菜**」<sup>な</sup>ってなあに？



# すぐき<sup>な</sup>菜



これがすぐき<sup>な</sup>菜のたねなんだね。





はっ こう  
「発酵」すると、どうなるのかな？

すっぱい

にゆうさんきん



ちょう し  
おなかの調子  
ととの  
を整える



あじ  
おいしく 味わって  
た 食べてね！

