

今日の
おすすめ

ごもく
「五目きんぴら」

きょう

今日のテーマ：「きんぴら」ってそもそも何？

え ど じ だ い にんき にんぎょうげき
江戸時代に人気があった人形劇

きんぴらじょうり しゅじんこう さかたの
「金平浄瑠璃」の主人公「坂田

きんぴら と なまえ
金平」から取られた名前です。



な！
なんと！



むかしばなし きんたろう
昔話の金太郎さ

さかたのきんとき
ん（坂田金時）の

むすこ
息子なのです！！



なに

さかたのきんぴら ちからづよ
坂田金平の力強さを

○ ごぼうのしっかりとした歯ごたえ

○ とうがらし から
唐辛子の辛さ

にたとえ、せんぎ 干切りごぼうを甘辛く炒め煮
にした料理を「きんぴらごぼう」と呼ぶよ
うになりました。



えいよう
ごぼうの栄養

しょくもつ
ごぼうは「食物せんい」がたっぷ
りで、お腹の掃除をしてくれます

