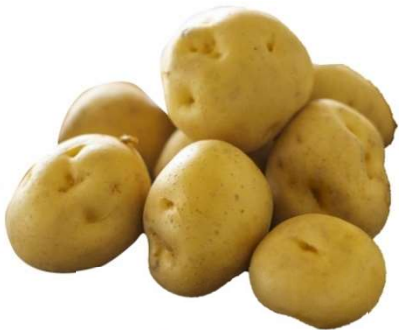


# 今日の おすすめ

## だ い ち い し ょ く ざ い 大地のりんごと**い**言われる食 材 それが！！「じゃがいも」



ジャガイモは、フランスで「大地のりんご」という意味の「ポムドテール」と呼ばれています。果物の<sup>くだもの</sup>ように、ビタミンCやカリウムが<sup>ふく</sup>含まれているので、そのように<sup>よ</sup>呼ばれています。本来ビタミンCは<sup>ほんらい</sup>熱に<sup>ねつ</sup>弱い<sup>よわ</sup>栄養素<sup>えいようそ</sup>ですが、ジャガイモはでんぷんが<sup>ねつ</sup>熱から<sup>まも</sup>守ってくれるので、<sup>こうかてき</sup>効果的にビタミンCをとることができます。

じゃがいもは外国の<sup>がいこく</sup>言葉<sup>ことば</sup>で・・・こう言う

英語：potato (ポト)

フランス語：pomme de terre (ポムドテール)

中国語：土豆 (トウドウ)

韓国語：감자 (カムジャ)



じゃがいも <sup>はたけ</sup>畑

