



11月15日(水) ごはん 牛乳 豚肉のしょうがやき もやしのおひたし かんぴょうのみそ汁

栃木県の特産物のかんぴょう。どのようにできるか知っていますか？

かんぴょうは、スイカのように大きな「夕顔」の実の果肉をうすく細長くむき、天日で乾燥させたものです。かんぴょうは、その形状を生かして食材をしばったり、切っても使えます。ほとんど無味なのでどのような味付けにも調理可能です。

栃木県のかんぴょうをおいしく食べてみませんか。