

よこのヒント

1、きゅうりを巻いた巻きずしのこと。「〇〇〇〇〇」



5、野菜〇〇〇〇、トマト〇〇〇〇、100%オレンジ〇〇〇〇



8、衣をつけて油で揚げる料理。ししとうやなす、かぼちゃなど夏野菜の「〇〇〇〇」はおいしい!



9、枝豆をすりつぶして餡(あん)にし、もちにからめた和菓子のことを「〇〇〇もち」という。宮城県の郷土菓子。



11、アジなどの魚をから揚げし、ピーマン、にんじん、玉ねぎなどの野菜と一緒に甘酢につけた料理。「〇〇〇〇漬け」



13、夏野菜なのに、冬まで貯蔵できることからこの名前になった。冬の瓜と書いて「〇〇〇〇」



14、トマトに多く含まれる赤い色素のこと。抗酸化作用にすぐれている。「〇〇〇〇」



16、ピーマンと同じ種類の赤や黄色の夏野菜。「〇〇〇〇」
歌の題にもあった。



夏野菜

2021. 7.16
野村中学校

あしたの給食

19日の給食には夏野菜が多く使われています。そこで今回は、夏野菜をテーマにしたクロスワードパズルに挑戦してみてください。



1		2		3		4	
				5	6		7
8					9		
				10			
	11					12	
				13			
14		15					
				16			

太枠の文字を下に入れて文を完成させよう。

泉州の は、
浅漬けにしたら おいしいですね!

※ 答えは裏面

たてのヒント

1、ピーマンやにんじんに多い栄養。目の健康に良い。「〇〇〇〇」



2、カボチャを英語で。「〇〇〇〇〇」



3、アスパラガスの別名。「オランダ〇〇かくし」
鳥の名前
この鳥がかくれるぐらい大きく成長するから とのこと。



4、とうもろこしを英語でいうと「〇〇〇」
映画館といえば「ポップ〇〇〇」



6、「〇〇ボン酢」
冬はお風呂に浮かべたり…。



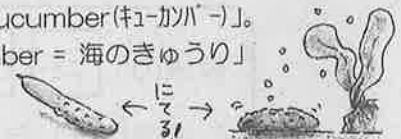
7、焼き魚にしぼるとおいしい。「〇〇〇」



10、夏はこの味のスイーツが人気。「チョコ〇〇〇」
この植物は、しそと同じ仲間。



11、きゅうりは英語で「Cucumber(キュウカバ-)」。
では、「Sea Cucumber = 海のきゅうり」
といえば、「〇〇〇」



12、沖縄の野菜といえば、「〇〇〇〇〇」
ゴーヤとも言う。



15、「〇〇」
トマトやピーマンなどの夏野菜をたっぷりつけて…。



答え

1	カ	ッ	2	パ	マ	3	キ		4	コ		
	ロ		ン			5	シ	6	ユ	ー	7	ス
8	テ	ン	ブ	ラ				9	ズ	ン	ダ	
	ン		キ			10	ミ					チ
		11	ナ	ン	バ	ン			12	ニ		
		マ				13	ト	ウ	ガ	ン		
14	リ	コ	15	ピ	ン					ウ		
			ザ			16	パ	プ	リ	カ		

泉州の

ミズナス

は、

浅漬けにしたら おいしいですね！

ちょっと豆知識

～ 水なす について ～



泉州地方で栽培されている「なにわの伝統野菜」です。

ほかのなすにくらべて、水分が多いことから「水なす」と言われるようになりました。昔の農家さんは、のどが渇くと水なすをしぼって水分補給していたほどです。

また、皮がうすく、甘みがあるのが特徴で、^{あく}灰汁が少ないため、生でもおいしく食べることができます。

特に、「浅漬け」が有名で、水なすの最もおいしい食べ方だとも言われています。



【 水なす を使った 泉州の郷土料理 「じゃこごうこ」 】

「じゃこごうこ」とは、水なすの古漬け（半年以上漬けたもの）と大阪湾でとれる「じゃこえび」をしょうがと一緒に甘辛く炊いた料理のことです。（じゃこ＝じゃこえび、ごうこ＝漬物 が名前の由来です。）

最近は、ぬか床をもつ家が減ったこともあり、「じゃこごうこ」を知らない世代が増えてきたようです。

食べたことある人、いますか？

