

1

あー! あれ。
なつかしいな。

2

ぼくたちが育ったビン。
向斜プラスチック
さうだね?

① ビンにおがくずと栄養分(米ぬかがなど)を詰め。

② ビンごと、高温滅菌
め、きん
よけいな菌をやっつける

③ 植えつけ
ぶなしめじの菌をビンに入れる

④ 育てる
菌を増やして熟成(約2~3ヶ月)
温度95~100%
気温13~15%の部屋で。
芽が出る
ある程度育ったら、光を当て取り出す

⑤ 収穫・出荷
※他の栽培方法も、あります。

3

ちょっとお火ぐらゐの気温で大々に育ててもらったね
でも長かた...
植えつけから約4ヶ月...

4

たが育たのは、長野県。ここ?

5

うん! 長野県は、ぶなしめじの人工栽培をはじめたところだ...

人工栽培 1978年頃から

6

今でも、ぶなしめじの生産量は日本一!

全国の約4割のダントツ1位...

7

室内の人工栽培だから、季節に関係なく、1年中おいしく食べてもらえるよね。

価格も安定...

8

ん? ...

9

さっきから、後ろで声か...

うん、気になった...

10

君、もの知りみたいだから、できてしゃべるとよ。

はあ、かしいので...

11

まあ、むりにとは... ね

しかたない... うん...

12

ところで、ぶなしめじの栄養、どうなの?

13

け、こら、いい栄養がいっぱい! まず、ビタミンDがよ。それから...

ビタミンDは、カルシウムの吸収を助けて、骨にいい...

14

あー "すごい! かわいいな。"

15

次はカリウム...

塩分も体の外に出い。高血圧予防...

17

世には... 食物せんい

シーン...

19

あー、食物せんいは便秘予防ね

まあ、まあ...

20

さらにビタミンB

ビタミンB1は、疲労回復。ビタミンB2は、肌や髪にいい... もの知り!

22

あと、うまみ成分も含まれるとが...

グルタミン酸や、グアニル酸

23

あ、なんがついてるよ

何? ...

あがくずかな?

24

水でしっかり洗、でもうから、大丈夫!

うん... さうだね...

25

ダメ! きのこは水で洗うと風味が落ちる。簡単に、ふくぐらいにして!

え?... うわ...

26

せ、と出てきた...

は、...
こんにちわ...

27

あしたの給食で!

スープは、汁にだけ出たビタミンBなどもしっかりとれる...