

27日 にじます

じゅうご ようそんじょう おお
十戸の養鱒場で大きくなったにじます。

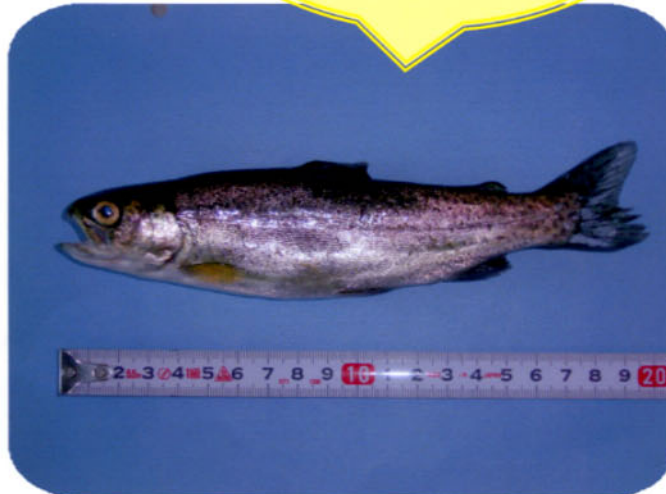
たいしょう ねん ころ ようしよく
大正12年の頃から養殖されるようになったそうです。

にじますは、きれいなみずでしかそだたないとでもデリケートなさかな
です。

からだ なまえ
体がにじいろをしていることからこの名前がつけました。



20センチくらいの
にじますを塩焼き
にします。
骨を上手にとって
たべてね！



ふるさとは、アメリカ
カルフォルニア州の
ロッキー山脈。
水のととてもきれいな
ところです。

ハハハ漬け



雪の中でやわらかくなった大根をせん切りにし、乾
燥させてつくったせん切り大根！！
人参や胡瓜と一緒に酢の物にしました。

だいこん

やまもと なりた ひろよし はたけ つく
山本の”成田 弘吉さん”の畑で作られただいこんをつかいます。

ゆき なか あま
雪の中でやわらかくなり、とても甘くなりました。

ことし ゆき おお だいこん は
今年は雪が多く、大根の葉がたおれて
いました。

23日 マロニエ鍋
27日 ごじる



ごじる

水につけて軟らかくし、くだいた大豆と
野菜が入ったお汁です。
豆乳も入り、栄養満点です！

