

にち
19日は
しょくいくひ
食育の日

ふるさとくまさんデー

あらお たまな ちいき
(荒尾・玉名地域)

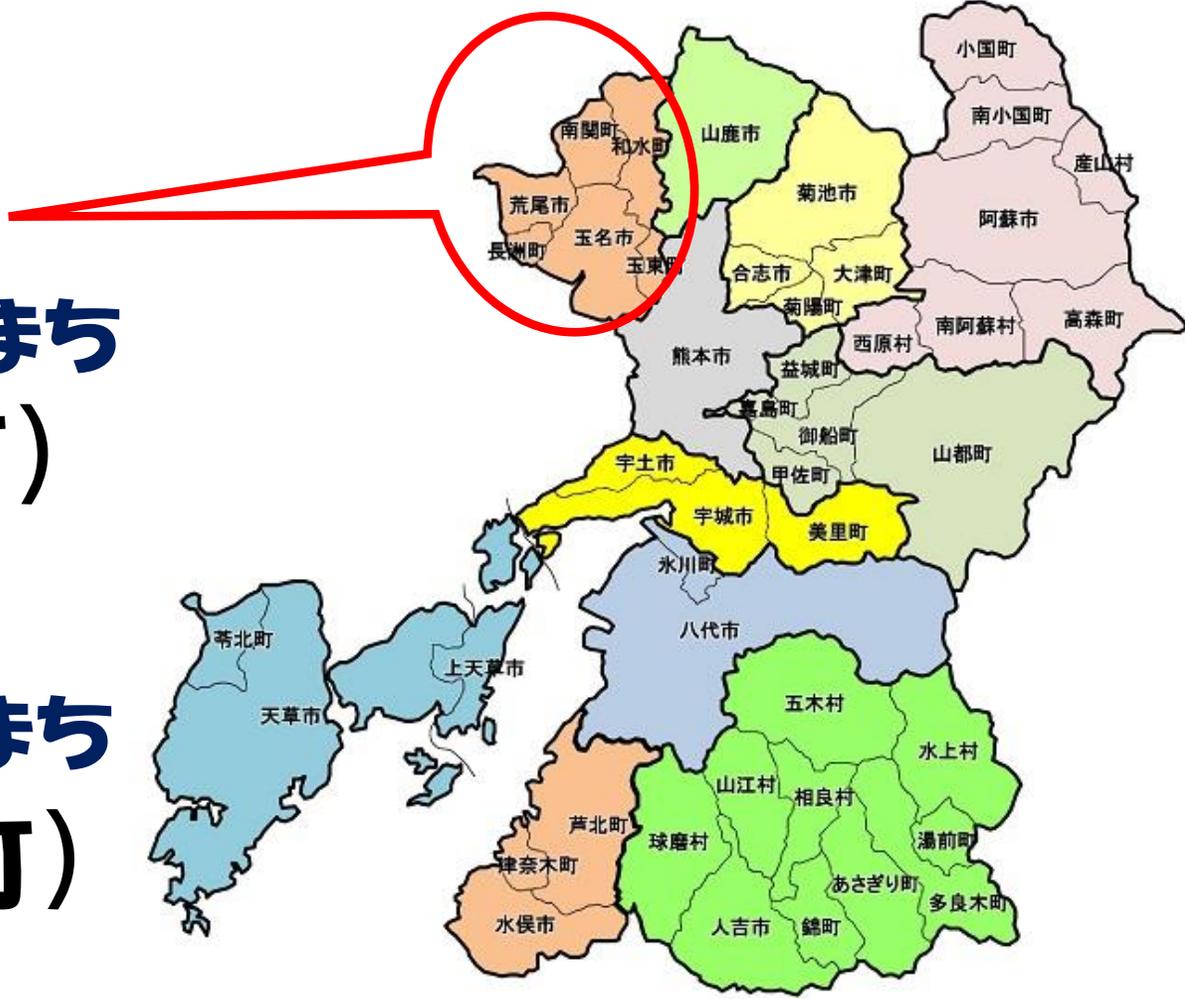


くだもの ほうふ
果物も豊富

あらおし
なし(荒尾市)

てんすいまち
みかん(天水町)

よこしままち
いちご(横島町)





なんかん あ 南関揚げ



とくちょう

- パリッとしている
水分が少なく保存がきく
- だしや水分がしみやすく、食感がふっくら
ジューシー



なんかんあ つか
南関揚げを使って...



にしめ



なんかんあげどん

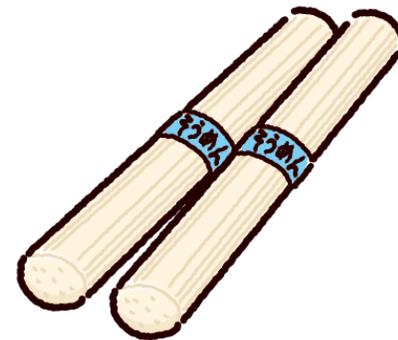
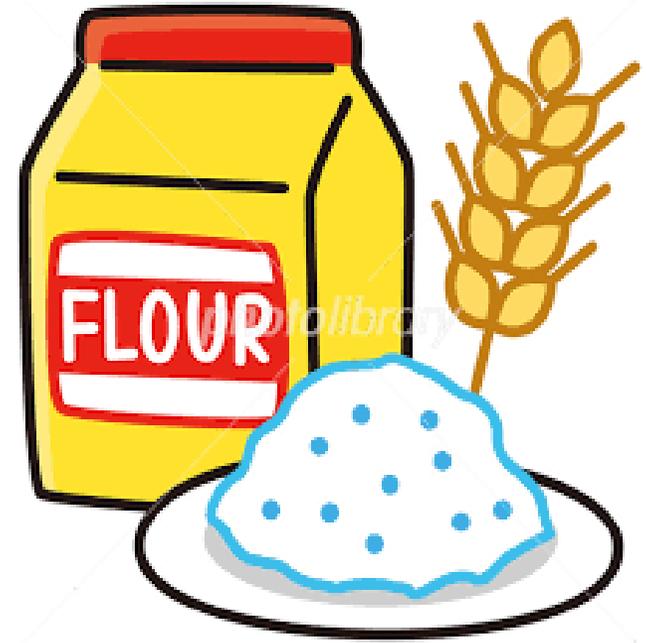


まきずし



なんかん

南関そうめんのれきし



そうめんができるまで

こむぎこ しおみず

①小麦粉と塩水で
よくこね、のばす



そうめんができるまで

じょう

②うずまき状に
まとめる



そうめんができるまで

ほん ぼう
③ 2本の棒に
かける

じゅうよう さぎょう
重要な作業！



そうめんができるまで

④3メートルの

なが

長さまでのばす





そうめんがで
きるまで

ほ

⑤ 干して

かんそう

乾燥させる



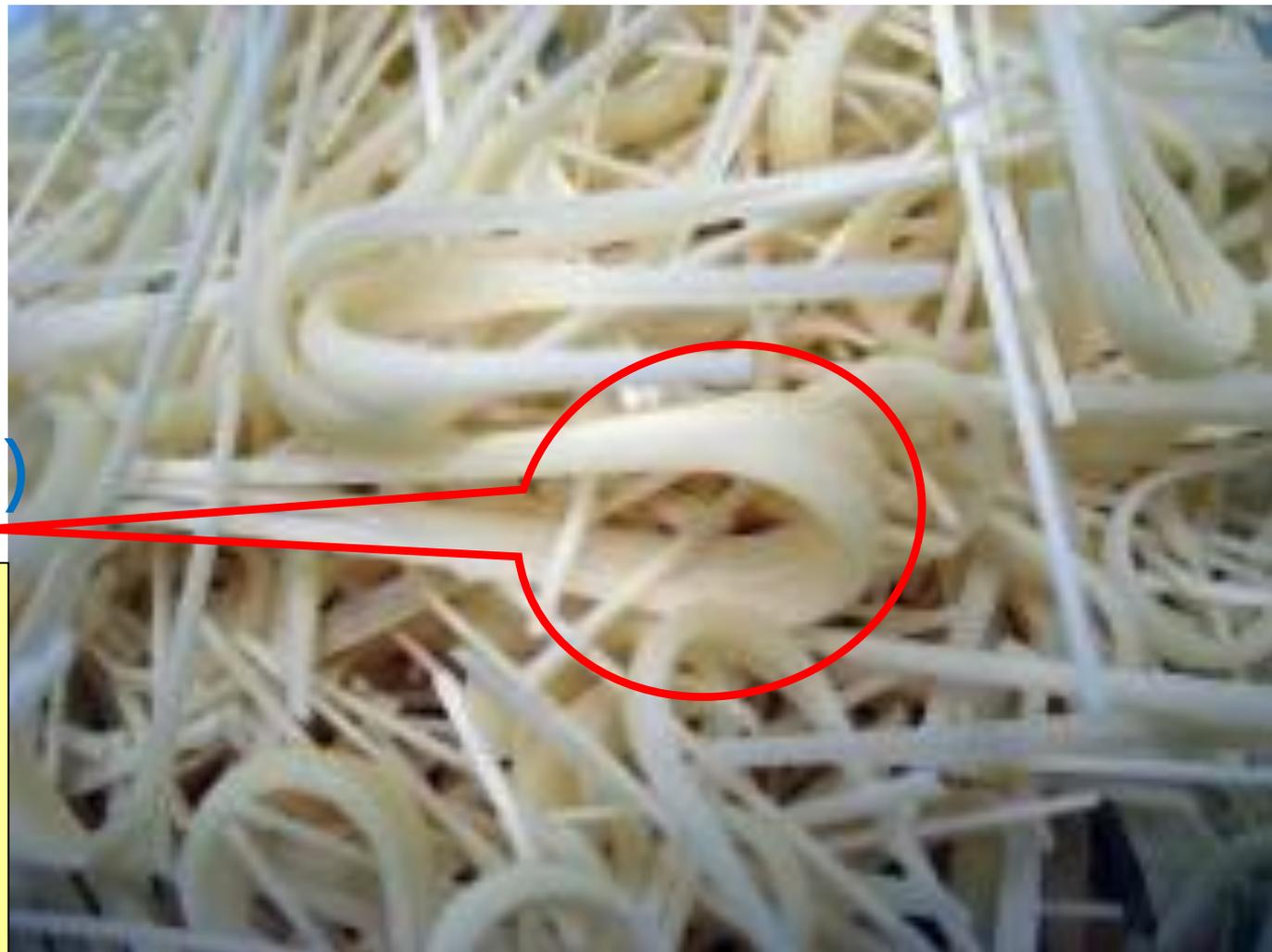


ふしそうめんじる

ぶぶん
まがっている部分(ふし)

とくちょう

○もちもちとしている
○みそしるや、サラダ
などの料理に。





こんげつ

今月のふるさとくまさんデーは、

あらお

たまな

ちいき

荒尾・玉名地域

でした。

じかい

次回をおたのしみに☆

