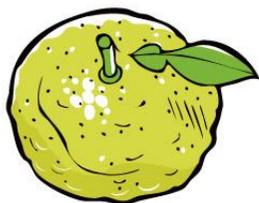


# 献立ひとくちメモ

12月2日(月)



夏は「青ゆず(7~10月)」、冬は「黄ゆず(10~12月)」と呼ばれます。

ゆずは奈良時代もしくは飛鳥時代に中国から朝鮮をへて渡来したといわれています。当時は薬用として使われていたそうです。『桃栗三年柿八年、枇杷(びわ)は九年で生りかかり、ゆずの大馬鹿18年』という言葉があります。これは果実が収穫できるまでこれくらい長い年月がかかることを表しています。ちなみに、りんごは25年、梨は15年、みかんは20年くらいだそうです。果物は長い年月をかけて作られる食材なので、生産者の方に感謝しながら大切に味わって食べてほしいものです。

切干大根のクリーミーごまみそ和えは新献立です。シャキシャキとした野菜に、ヨーグルトとみそを混ぜ合わせた特製ドレッシングの相性はバツグンです！