

のりの佃煮

千切りイリチー

ミンチカツ



ごはん

なすのみそ汁

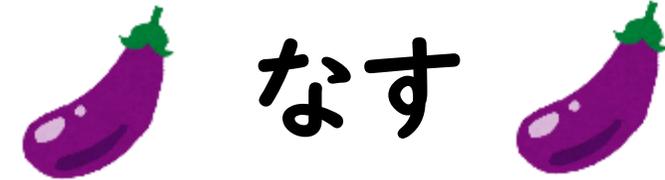
9月8日(月)



さかいの日



B



なす

今日のなすのみそ汁に入っているなすは堺市でとれたものです。

なすは夏から秋が旬の野菜です。水分が多く、体を内側から冷やす働きがあります。細長いもの、丸いもの、白色のものなど様々な種類のものがあります。

泉州地域では、皮がうすくて水分の多い「水なす」が有名です。