

オクラ

もんだい
【問題】

オクラは他の名前でも呼ばれます。何という名前でしょう？

- ① あおなっとう 青納豆
- ② ほしがた 星形ピーマン
- ③ みどり 緑とろろ



きくちほしかたち
切り口は星の形



こた
【答え】①青納豆

あおなっとう

き くち
切り口がネバネバして糸を引くことから「青納豆」と呼ばれます。

- オクラのネバネバは食物せんいの仲間
しよくもつ なかま
- ◎おなかの調子を整える
ちようし ととの
- ◎胃腸のはたらきを助ける
いちよう たす



あじ た
しっかり味わって食べましょう