

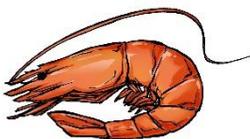
6月26日(月)

えびクリームライス

アーモンド入りサラダ

小玉すいか

牛乳



エビは熱を加えるとなぜ赤くなる？

生きている時は黒っぽい色をしているエビが、茹でたり、焼いたりすると鮮やかな赤色になります。これは、えびの殻やカニの甲羅に含まれる『アスタキサンチン』という成分によるものです。この『アスタキサンチン』は、最近では老化予防として化粧品にも使われています。

にんじん : 青森
玉ねぎ : 佐賀
しめじ : 長野
パセリ : 千葉
キャベツ : 茨城
きゅうり : 埼玉
小玉すいか : 神奈川
鶏肉 : 北海道
えび : タイ