

# 1月16日(火)

## キムチチャーハン

### 春巻き

### 茎わかめ中華サラダ

### 卵スープ

### 牛乳

**キムチ** キムチは、野菜を塩漬けにし、それを赤唐辛子やにんにく、果物、塩辛などの魚介の発酵品などを合わせて本漬けし、発酵させたものです。代表的な白菜キムチのほかにも種類は多く、素材や漬け方の違いで、数知れないほどのバリエーションがあり。

今の唐辛子いっぱいキムチになったのは、16世紀後半から17世紀前半に、赤唐辛子が日本経由で朝鮮半島に伝えられてからです。意外な日本との関係がありますね。

にんじん・きゅうり：千葉

長ねぎ・ピーマン：茨城

にんにく：青森

しょうが：高知

もやし：栃木

エリンギ：新潟

キャベツ：愛知

玉ねぎ：北海道

こまつな：東京

たまご：青森

豚肉：千葉

鶏肉：宮崎