

高知の野菜にハマりませんか

高知の野菜

鏡野中学校
3年1組2班
島村守
岡田 倫奈
高田廉太郎



材料(四人分)
おびーマン 一個、ししとう 三十本
さくらんぼ 一個、酢 少々、オリーブオイル 少々

材料(二人分)
おびーマン 五個、新じゃが ひとつ、かき ひとつ、塩 少々

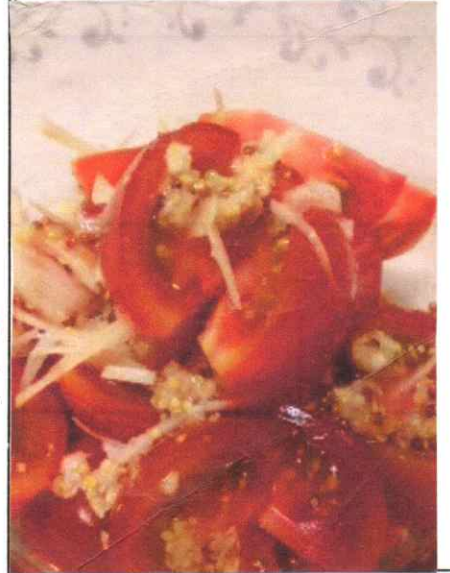
作り方
一、ししとうはヘタをとっておく。
二、おびーマンは一口大に切る。新じゃがは皮をむき、一口大に切る。
三、フライパンに油を熱し、ししとうとじゃがを入れて炒める。塩を少々加えて味を調える。

作り方
一、おびーマンは一口大に切る。
二、かきは皮をむき、一口大に切る。
三、フライパンに油を熱し、おびーマンとかきを入れて炒める。塩を少々加えて味を調える。



高知の野菜は、昔ながらの栽培方法で育てられています。そのため、野菜の味が濃厚で、栄養価も高いです。ぜひ高知の野菜を食べてみてください。

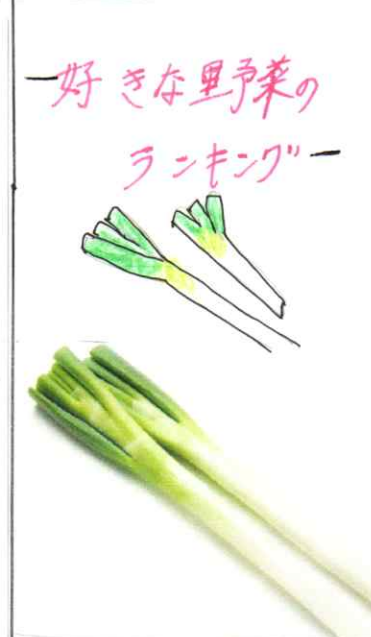
高知の野菜は、昔ながらの栽培方法で育てられています。そのため、野菜の味が濃厚で、栄養価も高いです。ぜひ高知の野菜を食べてみてください。



高知の野菜は、昔ながらの栽培方法で育てられています。そのため、野菜の味が濃厚で、栄養価も高いです。ぜひ高知の野菜を食べてみてください。



高知の野菜は、昔ながらの栽培方法で育てられています。そのため、野菜の味が濃厚で、栄養価も高いです。ぜひ高知の野菜を食べてみてください。



高知の野菜は、昔ながらの栽培方法で育てられています。そのため、野菜の味が濃厚で、栄養価も高いです。ぜひ高知の野菜を食べてみてください。

高知の野菜は、昔ながらの栽培方法で育てられています。そのため、野菜の味が濃厚で、栄養価も高いです。ぜひ高知の野菜を食べてみてください。

高知の野菜は、昔ながらの栽培方法で育てられています。そのため、野菜の味が濃厚で、栄養価も高いです。ぜひ高知の野菜を食べてみてください。

高知の野菜は、昔ながらの栽培方法で育てられています。そのため、野菜の味が濃厚で、栄養価も高いです。ぜひ高知の野菜を食べてみてください。

高知の野菜は、昔ながらの栽培方法で育てられています。そのため、野菜の味が濃厚で、栄養価も高いです。ぜひ高知の野菜を食べてみてください。

Kochi Vegetables

Takata Rentaro

Okada Tomona

Shimamura Mamoru

Maeda Yuka

3-1



We introduce popular Kochi vegetables.

Kochi is famous for nira, a kind of leek.

We asked many people in Kochi "What is your favorite vegetable?"

It seems that the tomato is the most liked vegetable in Kochi.

Okura is the second most liked vegetable.

Negi is the third most liked vegetable.

Please come to Kochi and eat these delicious vegetables.

They are fresh and very nutritious.