

真室川町伝承野菜

はじめに 伝承野菜について...

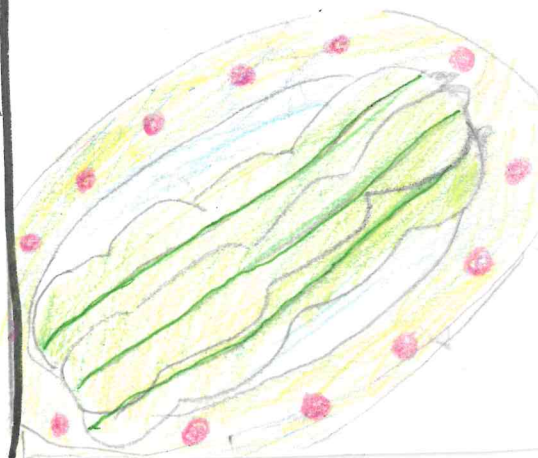
豪雪地域である山形県最上地方の土に根付く在来野菜たちとそれを受け継ぐ農家のこと。

「3分でできる一品」
セタ白ささぎ
のサラダ

1. お皿に「セタ白ささぎ」をのせ、お好みの野菜を入れ、オリーブオイル、コショウで味つけて、**かん**
せいです!!

おどろき!セタ白ささぎのべつ
のよみ方をしょうかい!

「**白いささぎ**」
とよばれている
そうです。



3 たくぐイズ?

雪わりなについて

やたろうさんの一番お気に入りはとみ子さんが作る何でしょう。

1. 目だまやき

2. に豆

3. おつけ物

(答えはううき)
みてね!

伝承野菜 **おうちレシセ** 「**赤ニンニクのしょう油づけ**」

【材料】

赤ニンニク
しょう油

【作り方】

1. ニンニクの皮をむき、
漬け容器にニンニクを入れ、ニ
ンニクが浸るようにしょう油
を入れ、完せいです。(一年ぐら
つけこむのがオススメです。)

