

野菜の苦手克服を目指して

Aiming to overcome your dislike of vegetables

熊本県立宇土高等学校

Niina Yamaguchi Kokomi Mizuno Takanori Tajiri

要旨 Abstract

苦味のある野菜を調味料をとかした水で水やりをし、味を変化させ、苦手な野菜の克服を図る。また無味の小松菜は味をつけることが可能なか調べ料理の幅を広げることを図る。

By watering bitter vegetables with water mixed with seasonings, you can change the taste and try to overcome vegetables that you don't like. We will also investigate whether it is possible to add flavor to tasteless Komatsuna in order to expand the range of dishes.

1. 目的 The purpose

苦味のある野菜を甘くしたりさっぱりさせたりして苦手な野菜の克服を図る。
無味の食べ物に味をつける。
Try to overcome bitter vegetables by making them sweeter or refreshing.
Add flavor to tasteless food.

普通の味ではなく、甘かったり、からかったりと与えた水の味に近づくと考えました。
これから、理科棟の前で栽培していこうと考えています。
It's not a normal taste, it's sweet and fun.
I thought it would be close to the taste of the water I gave it.
From now on, I'm thinking of cultivating it in front of the science building.

2. 方法 Method

- 1,ほうれん草、小松菜を植える
 - 2,毎日水をやる
 - 3,芽が出始めたら砂糖水・レモン水・タバスコ水(7対3)、砂糖水・レモン水・タバスコ水で作ったもので毎日水やりをする
1. Plant spinach and komatsuna
 2. Water every day
 3. Once the sprouts start to appear, water them every day with sugar water, lemon water, and Tabasco water (7 to 3), or a mixture of sugar water, lemon water, and Tabasco water.

4. 参考文献 References

<https://www.hyponex.co.jp/plantia/plantia-8948/>



3.