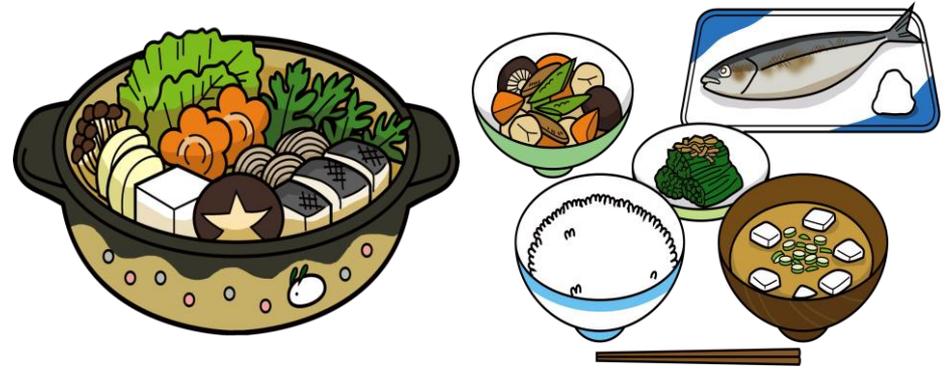


わしょく
和食について



2020年11月25日

わしょく
和食とは・



にほん

むかし

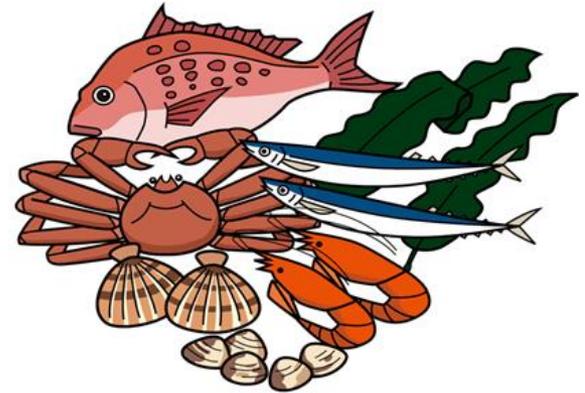
つた

日本に昔から伝わる

でんとうてき

しょくじ

伝統的な食事のこと



わしょく おい ささ
和食の美味しさを支えるだし



いし

かつお節



こんいし



にし
煮干し

ほ
干し



しいたけ

給食でも



ぶし
かつお節

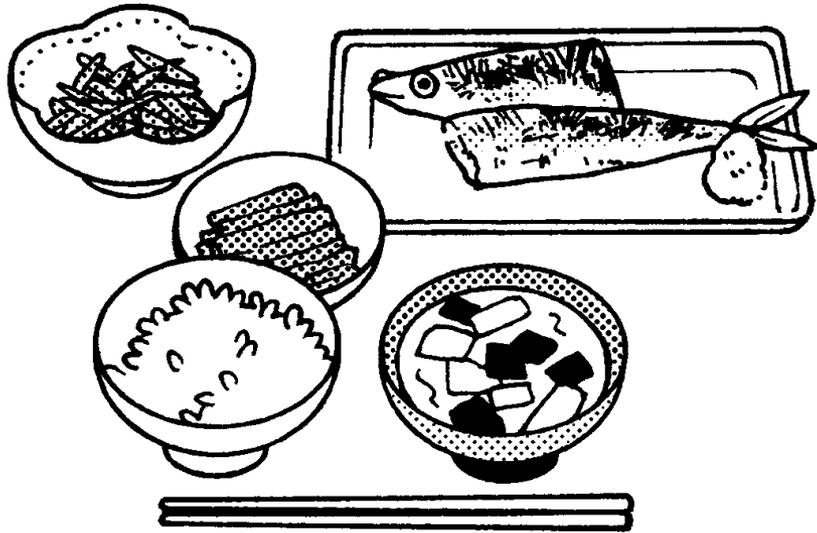


にぼ
煮干し



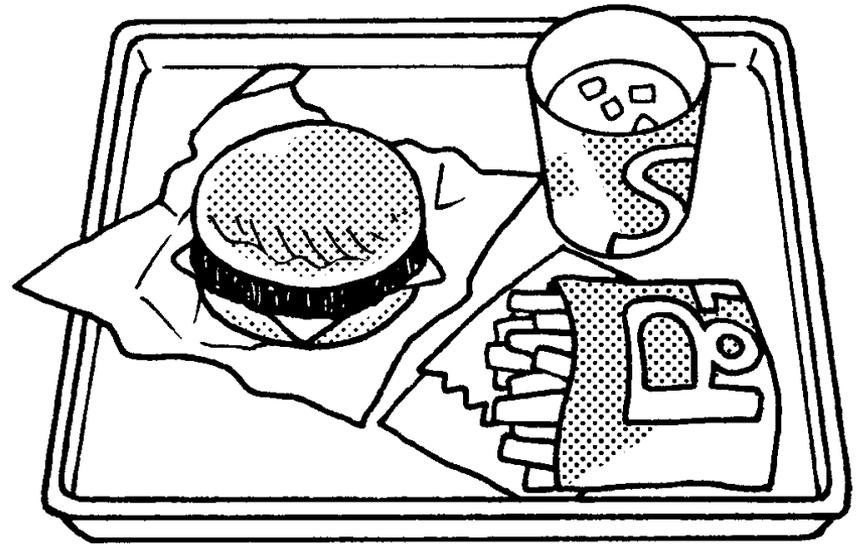
か かいすう ふ

噛む回数が増える



1091回

13分28秒



562回

8分27秒

