

きりん組 グリンピースのさやむき R5. 5.9

子どもたちも先生も初めて見る生のグリンピース。
さやはかたくて、むくののに苦戦していましたが、
コツを覚えるとあっという間。
もっとやりたい！！と、楽しんでいましたよ。

すごい



かたいなー。

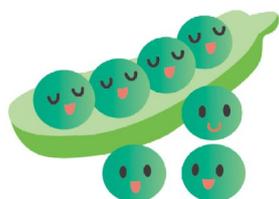


ほら、むけたよー。 アスパラみたいなのにおいがするー。



たくさん入ってるねー。

さやはおままごとであそびました



グリンピースは食物繊維が豊富で腸内環境を整えてくれます。ビタミンB1(疲労回復)、カリウム(むくみ改善)も含まれています。生のグリンピースは甘みがありおいしいですよ。

