

ちよびつとコラム

そうめんには鯖缶

山形県では、そうめんのつゆに鯖缶（水煮）を入れて食べるのが一般的だそうです。鯖缶を入れることによりボリュームが増えるだけでなく、DHAも摂ることができます。試してみてもいいかですか？

(P.N. ミナフジコ)

