

ちよびっとならむ

11月7日は立冬です

立冬の元となっている二十四節気の故郷、中国には「立冬補冬、補嘴空（冬になったら冬の食べ物で元気を補おう）」という言葉があります。冬の食べ物には鍋にぴったりの食材が多いので、お鍋でぽかぽか温まりながら本格的な冬に備えて元気をつけましょう!



(P.N. ミナラジコ)