

いよいよ 2025 年日本国際博覧会（大阪・関西万博）が『いのち輝く未来社会のデザイン』をテーマに開催されます。テーマの 1 つに『いのちをつむぐ』こととあり、それは「いただきます」精神の発信です。感謝を表す「いただきます」のことは。大切にしていきましょう！

栄養指導室 松田・田中・深田・水戸川・向



粉もん⇒『粉もの』のこと

「粉もの」とは：小麦粉・米粉・そば粉などを材料にして作る食べ物

（関西では・・・お好み焼き、たこ焼き、うどん、串カツなどのことらしい）

これらの料理を吉本興業の芸人が「粉もん」と呼んだのがこの言葉の始まり!との説がある



『こむぎ輝く 食事へのデザイン』

『粉もん』だけじゃない 小麦粉パビリオン

1

「炒め物に入っているお肉が
パサパサで硬いのだけど・・・」

肉に小麦粉をまぶしてから焼く・炒める

→しっとり柔らか^{から}ジューシー♪

調味料がよく絡んで GOOD！

2

炒めものでちょっとおせそう
食べやすくしたい！

炒めている途中に小麦粉をまぶす

→汁気が少なくまとまります♪

3

小麦粉料理（お好み焼き、チヂミ、ホットケーキなど）で
使ったあとのボウルがカピカピ💧

→お湯につける ✕・・・熱で余計に固まってしまう

水につける ○

先に水で汚れを落としてお湯で洗うと…すぐとれる！