

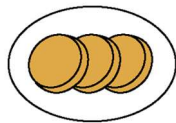
# にっぽん でんとうてき か こうしょくひん 日本の伝統的な加工食品

にっぽん むかし しょくひん なが ほ ぞん さまざま く ふう か こう しょくひん くさ  
日本では昔から、食品を長く保存するために様々な工夫をしてきました。加工することで、食品を腐りにくくしたり、  
食べやすくしたりすることができます。

こんだてめい 【献立名】 ごはん・牛乳・高野豆腐の卵とじ・ししゃもフライ・切干しだいこんの青菜あえ

## か こうしょくひん むかし ひとびと く ふう し ＜加工食品から昔の人々の工夫を知ろう＞

しおづ  
塩漬けにする



つけもの  
漬物



うめぼ  
梅干し

けむり  
煙でいぶす



「くんせい」  
ともいいます

かつおぶし  
かつお節

かんそう  
乾燥させる

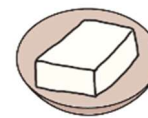
かんそう  
乾燥させることで  
てつ 鉄やカルシウムが  
おお 多くなります

きりぼ  
切干しだいこん



だいこんを切って乾燥させる

こうやどうふ  
高野豆腐



とうふを凍らせて乾燥させる

すづ  
酢漬けにする

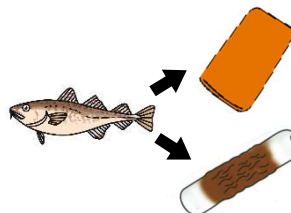


しめさば

+



み かねつ  
すり身にして加熱する

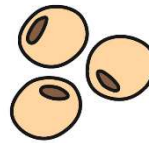


はんぺん

ちくわ

はっこう  
発酵させる

こうじを入れて  
はっこう  
発酵させる



だいず  
大豆

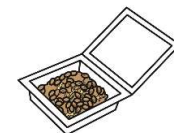
なっとうきん  
納豆菌を入れて  
はっこう  
発酵させる



みそ



しょうゆ



なっとう  
納豆