

# オクラ

もんだい  
【問題】

オクラは他の名前でも呼ばれます。何という名前でしょう？

- ① あおなっとう 青納豆
- ② ほしがた 星形ピーマン
- ③ みどり 緑とろろ



き 切り口は くち ほし 星の かたち 形



こた  
【答え】①青納豆

あおなっとう

き くち  
切り口がネバネバして糸を引くことから「青納豆」と呼ばれます。

- オクラのネバネバは食物せんいの仲間  
しよくもつ なかま
- ◎おなかの調子を整える  
ちようし ととの
- ◎胃腸のはたらきを助ける  
いちよう たす



あじ た  
しっかり味わって食べましょう