

ふゆ おい ふゆやさい
冬に美味しい冬野菜



ふゆやさい 冬野菜は、さむ さむ こお 寒さで凍ることがないように『糖』という甘みの元にな
る栄養を細胞に貯め込んでいます。ふゆやさい あま 冬野菜が甘くておいしいのはこの
ためです。また、ビタミンやカロテンなどの栄養も多く、食べる と風邪
の予防になりますよ