

にんにく



野菜・果物を食べよう♪



ポイント

実がしっかりしていて、皮につやがあるものがgood!
熟成発酵させたものを「黒にんにく」という。

保存方法

皮が湿気を帯びていると、カビが生える要因になる
ので、風通しのよい場所に保存。

食べ方

にんにくの香りの強さは切り方で調節!細かく切るほど、にんにくの香りが楽しめる。