



• れんこん

• 旬：冬しゅん（11月ふゆ～2月がつ）

• れんこんは蓮はすの根ねの部分ぶぶんではなく、地下ちかの

茎くきの部分ぶぶんです。同じ部分おなを食べる野菜ぶぶんには

じゃがいも、さといもなどがあります。