


밤 밤이 최고야 곡식 친구들



천개의 바람




강낭콩

 세계에서 가장 널리 재배되는 콩으로, 색이 여러 가지예요.




누에콩

 여름에 따고, 위장을 튼튼하게 해 주어요.




서리태

 겉은 까맣고, 속은 푸른 빛이 에요. 서리를 맞은 뒤에 수확하여 '서리태'라고 해요.




완두콩

 동그란 초록빛 콩으로, 눈과 두뇌에 좋은 영양분을 많이 가지고 있어요.




메밀

 밥에 넣어 먹기도 하지만, 가루로 빵이나 국수나 면을 만들어 먹어요.




좁쌀

 곡식 가운데 알이 가장 작아요. 조밥은 푸슬푸슬하고 가슬가슬해요.




보리쌀

 몸의 열을 식히고, 소화가 잘 되어요.




수수쌀

 붉은 빛이 귀신을 막아 준다고 해서 돌 때 수수팔떡으로 해 먹어요.




멥쌀

 겉이 하얗서 '흰쌀'이라고도 해요. 밥을 지어 먹는 대표적 곡식이예요.




흑미

 겉은 까맣고 속은 희어요. 밥을 지으면 보랏빛이 나요.

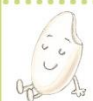


팥

 콩의 한 종류로, 몸에 나쁜 독소를 빼 주어요. 동짓날에 팥죽으로 만들어 먹어요.



칩쌀

 밥을 지으면 차지고, 따뜻한 기운이 있어 몸이 허약한 사람에게 좋아요.