

# 第3章

## 三重の野菜

いたどり → P75



いたどりの漬け物(塩漬け)

せり → P75



せりのごま和え



ひょう菜 → P77



ひょう菜の和え物を作っている

きささげ → P78



きささげの鞘



きささげの木