

# もやしってどうやって作るの？

もやしの元になる種、緑豆。もやしは緑豆の他に大豆などでも作れるよ。



まずは種をきれいにあらって  
水にひたします。



光を当てない、暗くした部屋で  
温度や水の量を調節しながら  
種を育てます。  
明るい部屋じゃぜったいにダメ！



1週間ほどで、これ以上くき  
のびなくなるので、しゅうかくする。

光を当てないと早く成長して、白いくきのもやしになってしまう。  
もやしはわざと光の当たらない暗いところで作っているんだね。