

## ゴーヤの種のととり方

- ① ゴーヤが黄色やオレンジ色になってくると種のとりのときです。縦に切って取り出すか、はじけて、種が飛び散ったのを拾います。



- ② 種は、赤いゼリーの中にあります。きれいに洗って取り出します。水に入れてうき上がる種は中身がないので、取り除きます。



- ③ 種を日かげで、よく乾かして、封筒などに入れて、冷暗所や冷蔵庫で保管します。

