五谷杂粮有哪些？你知道吗?

五谷是指稻、黍、稷、麦、菽

通俗来讲稻就是大米、糯米、黑米等。

黍，又叫黍子俗称大黄米。

稷，也叫糜子碾成米也叫小米。

麦，小麦大麦的统称。

菽，是豆类的统称像黑豆、绿豆。

“杂粮”一般指的是米和面粉以外的食物，比如燕麦、菜豆等。而现在，五谷杂粮通常被作为粮食作物的统称。

你还知道那些杂粮呢？评论区聊聊！