



給食室より



5月の郷土料理

愛媛県

給食

八幡浜ちゃんぽん

鶏ガラスープと和風だしを使った黄金色のあっさりとした味付けのちゃんぽん。

ざんき

鶏のから揚げの事で、中国料理のから揚げを意味する「ザーチ」が名前の由来だと言われています。

いもたき

鶏肉、里芋、こんにゃく、しいたけなどの具材が入った鍋料理です。給食では汁物として提供します。

おやつ

しょうゆめし

炊き込みご飯の上に錦糸卵とのりが盛りつけられた郷土料理。



世界のおやつ アルゼンチン

アルファフォーレス

ビスケットにキャラメルソースが挟まったスイーツ。アルゼンチンで絶大な人気を誇っています。

今月のおすすすめレシピ

キャラメルラスク

バゲットパンまたは食パン

グラニュー糖	30g	} キャラメル
水	15g	
生クリーム	100g	



1. トースターでパンを軽く焼いておく。
2. 鍋（フライパン）にグラニュー糖、水を加えて茶色になるまで煮詰めます。
3. 生クリームは鍋や電子レンジで温めておき、2の鍋に加えてしっかり混ぜます。
4. パンにキャラメルソースを塗り、トースターで焼いたら完成です。

*2の工程では、茶色になってきたら弱火などで調整して焦がし過ぎないようにするのがポイントです。

*生クリームを加える際にはねやすいので注意してください。

お花の栽培 調理師 荒井

娘の春休み中にお花を植えようと球根や苗を買いましたが、それからしばらく植えられず、、、4月の中旬になってやっと植えることに成功しました。植えたのは、チューリップやカラーなどです。色とりどりのお花が咲くのが待ち遠しいです。

