



給食室より



7月の郷土料理 福岡県

給食

丸天うどん

さつま揚げが入ったうどん
で、福岡県ではメジャーな料理。

にぐい

汁物として食べた後、汁気
をなくし煮物として食べら
れることから「二度食う」
＝「にぐい」という名前にな
ったそうです。

かぼちゃのだんご汁

小麦粉だんごを平たくして
汁に入れた、素朴な味わい
の汁物。

おやつ

福岡銘菓風バターまんじゅう

しっとりした生地とバターが入っ
た白あんが特徴の洋風和菓子。



世界のおやつ フランス

ベニエ

生地を油で揚げ、仕上げに粉糖を
まぶした菓子パンのような
スイーツ。

今月のおすすめレシピ

塩麴クッキー

| | |
|-------|-------|
| 無塩バター | 50 g |
| 砂糖 | 40 g |
| 塩麴 | 15 g |
| 薄力粉 | 100 g |



1. バターを常温に戻して軟らかくしておく。
2. バターに砂糖を加えてよく混ぜた後、塩麴を加えさらに混ぜる。
3. 薄力粉を加えて混ぜたら、ラップに包み冷蔵庫で30分ほど休ませる。
4. 好きな型でくりぬいて、180℃に予熱したオーブンで13分ほど焼いたら完成です。

*型抜きしない場合は工程3の時に正方形の棒状にしてから冷蔵庫で休ませ、お好みの厚さに切って焼きます。

目標達成 調理師 木下

ヨガを始めて半年経ちました。最初の目標であった前屈で床に手をつくことができるようになりました。身体が人よりもかたい自分が少しずつですがやわらかくなったと実感できて、さらにやる気が出てきました。夏の暑さに負けずこれからも汗をかいて頑張っていこうと思います。

