



給食室より



10月の郷土料理 熊本県

給食

びりんめし

ごはん混ぜる豆腐を炒めた時の音が「びりん、びりん」と聞こえることから名付けられた料理。

がね揚げ

さつまいもを拍子切りにして、油で揚げる料理。天草地域で食べられています。

お姫さんだご汁

お姫様の肌を連想させるつやつやの団子が入ったみそ汁。団子はさつまいもと小麦粉で作られます。

おやつ

たこめし

熊本県内の学校給食でも食べられているたこ料理で、幅広い年代に愛されています。



世界のおやつ トルコ

フムス

ひよこ豆に調味料を加えてペースト状にした料理。トルコを中心に中東で親しまれています。

スノーボール

今月のおすすりめレシピ

バター 55g
粉糖 18g
塩 0.5g
薄力粉 100g

仕上げ用・・・粉糖

1. バターは室温に戻しておく。粉糖、塩を加えて混ぜます。
2. さらに、薄力粉を入れて切るように混ぜます。
3. 全体的に粉っぽさがなくなったら、20~30等分くらいに小さくして丸めます。
4. 170℃に予熱したオーブンで10~15分焼き、仕上げに粉糖をかければ完成です。



食とスポーツ 調理師 田野

日増しに涼しくなってきた、秋になったような気がします。暑いのが苦手なので、早く寒くなって欲しい気持ちがありますが、残暑が残る秋を楽しみながら過ごしたいと思っています。今年には様々な秋の味覚を味わいながら、家で引き続き自宅トレーニングを頑張りたいと思います。