



給食室より



1月の郷土料理 鹿児島県

給食

さつますもじ

「すもじ」とは「ちらし
ずし」のことを言い、さ
つますもじは身近な食材
を使って作られます。

きいこん

鶏肉を使った料理です。
材料を切り込んで煮込むこ
とからきいこん(=切いこ
ん)と呼ぶようになったそ
うです。

しゅんかん

おもてなしの料理とし
てふるまわれており、
素材の味を生かした味
付けが特徴です。

おやつ

げたんは

黒糖が使われた素朴
な味の郷土菓子です。
見た目が「下駄の歯」
に似ていたことから名
付けられました。



世界のおやつ オーストラリア

オージーミートパイ

手軽に食べられる肉を使った料
理です。オーストラリアの国民食
で、日本でいうおにぎりのような
食べ物です。

今月のおすすすめレシピ

鶏肉のみそころばかし（宮崎県の郷土料理）

| | |
|-------|-------|
| 鶏肉 | 200 g |
| 大根 | 100 g |
| ごぼう | 50 g |
| にんじん | 50 g |
| こんにゃく | 50 g |
| しょうが | 6 g |
| みそ | 14 g |
| 砂糖 | 6 g |

1. 具材はすべて一口サイズの乱切りにします
2. 鍋で鶏肉を炒め、野菜を加えたら柔らかくなるまで煮ます
3. しょうが、みそ、砂糖で味を付けたら、完成です



痛いところを突かれて、、、 調理師 荒井

わが家の子どもたちに「ちゃんとよく読んで」と伝えることがあります。先日、「カステラが食べたい」と言われたため、カステラを作ったのですがオーブンを開けたら気泡が粗いカステラとは言えないカステラが出来てしまいました。レシピを確認したところ、「170℃に予熱したオーブンで10分、その後150℃に下げて20分」と書いてあり、「間違えてしまった!」と言ったら、子どもたちに「ちゃんとよく読んでください!」と言われてしまいました。

痛いところを突かれたなと反省してリベンジしました、、、。(次はきれいに出来ました。)