

1 月 16 日（金）今日の盛り付け

大皿：ししやもフライ

（1人2尾）

白菜と小松菜のお浸し

大碗：ごはん

しぐれ煮

小碗：すりごまのみそ汁

トレイ：牛乳



【ひとくちメモ】今日の給食は和食です。

しぐれ煮

しぐれ^に煮は、牛肉や貝のむき身などをしょうがと共に煮た煮物料理で、現在では^{つくだに}佃煮の一種に数えられています。^{あまから}甘辛い味付けが特徴です。

しぐれ煮の語源には、いろいろな風味が口の中を通り過ぎることから、一時的に降^{いちじてき}る^ふ時雨^{しぐれ}にたとえて「しぐれ煮（時雨蛤）」と名付けられたという説や、定番で使われるハマグリが時雨の降る時期に^{なづ}最^すもおいしくなる季節だからといった説があります。^{はっしょう}発祥とされる三重県桑名市はハマグリ^ふの産地として有名で、^{きせつ}長期保存^{せつ}をするためにしぐれ煮が考案されたといわれます。しぐれ煮には通常、薄切りにした生姜^{しょうが}を加え、^{くわ}基本的にはしょうゆベースの^{きほんてき}甘辛い味付けですが、^{あまから}生姜^{あじつ}のおかげでさっぱりとした風味^{ふうみ}も楽しめます。

ハマグリが手に入る地域^{ちいき}は限^{かぎ}られますが、しぐれ煮のあっさりした味わいは牛肉^{あじ}やアサリなどとも相性^{きやうにく}がよいです。その為、しぐれ煮は一般的な料理として親しまれるようになったと考^{かんが}えられます。今日は牛肉とごぼう、しょうがでしぐれ煮を作りました。

ごはんと一緒に味わってみましょう。

今日の給食も残さず食べましょう(^_^)

