

2月 10日 (火) 今日の盛り付け

大皿：焼き鮭のおろしかけ
ひじきとツナの和え物

大碗：ごはん
アーモンドと鶏肉のそぼろ

小碗：あんかけ汁

トレイ：牛乳



【ひとつくちメモ】 今日の給食は和食です。

あんかけ

あんかけとは、くずあんをかけて調理したものや、水とき片くり粉を煮汁に加えてとろみをつけた料理の総称です。あんかけにすることで良くなる点がいくつもあります。

- ① 粘性を持つあんを調理した食材にかけて表面を覆うことで、乾燥を防ぐと同時に料理が冷めにくくなる点。
- ② そのまま食べるときよりも、口当たりが滑らかになる点。
- ③ とろみをつけた煮汁も料理といっしょに食べられますので、無駄がほとんど出ない点。（そのため、くずあんには湯葉や海老そぼろなどの具を加えます）

銀あんの「銀」の名は、濃度がある汁に光が反射して見えるところからつけられたとされ、同じような意味の言葉に色を付けずに炊く米飯（白ごはん）の「銀しゃり」があります。銀あんを作る場合は色が付きすぎないようにするため、塩を主体にしてうす口醤油と酒、みりん等で味をととのえます。そして、煮物、蒸し物、揚げ物などにかけたあと、香りのある山葵や生姜等をそえます。そして、濃口醤油で色づけした場合は「鼈甲餡」といい、料理の用途に応じて使い分けをします。

今日のあんかけ汁は醤油と塩で味付けをした汁物になります。日中も寒いので、しっかり食べて体を温めましょう。

今日の給食も残さず食べましょう(^^♪

