

3月 5日（木）今日の盛り付け

大皿：鯖のごまだれ焼き
菜の花の和え物

大碗：ごはん

小碗：のっぺい汁

トレイ：牛乳
清見オレンジ



【ひとくちメモ】 今日の給食は和食です。

のっぺい汁

特徴的な「のっぺい汁」という名前は漢字で書くと「濃餅汁」（こいもちしる）となり、その名前の由来や意味も分かりやすくなります。漢字を見ると餅が入っているように見えますが、餅は入っておらず、汁につけられたとろみが餅のように見えることがその名前の由来です。地域によって食材や調理方法に違いはありますが、基本的に片栗粉でとろみをつける点は同じです。

昔ののっぺい汁は残り物の野菜を使ったり、野菜の皮やヘタなどの捨ててしまうような部分を炒めて煮込んで作られていました。現在ののっぺい汁の使用する食材に決まりはありませんが、根菜や鶏肉などの食材を使って作られることが一般的です。新潟県では鮭を入れる地域があるほか、イクラを使った豪華なのっぺい汁も食べられています。

のっぺい汁は、醤油と出汁が中心の優しい味付けになっています。のっぺい汁は汁物ですが、具沢山の煮物としても分けられるので、冷やして食べても美味しいという話もあります。

今日の給食も残さず食べましょう(^_^)

