

3月 23日（月）今日の盛り付け

大皿：フィッシュバーガー
マッシュポテト

大碗：たまごのふわふわ
スープ

小碗：オニオン
ドレッシングサラダ

トレイ：牛乳
デコポン



【ひとくちメモ】 今日の給食は洋食です。

メルルーサ

メルルーサとは、タラ目メルルーサ科の深海に生息し、体長は1~2mと大型の白身魚です。表皮は灰色で茶色の斑点があり、スズキのような見た目をしていますが、口がとがっていて深海魚特有の鋭い歯を持つことが特徴です。

ニュージーランドやチリ、アフリカの沿岸部が主な産地で、7月から12月に旬を迎えます。産地近辺の地域やヨーロッパ諸国ではよく食べられている魚ですが、日本ではメルルーサの水揚げがなく、輸入に頼っていることからあまり馴染みのない魚とも言えます。メルルーサは、白身魚特有のクセのない淡泊な身を持ち、その味わいはタラのようなだと例えられています。食感は柔らかくほどけるような口どけで、身に骨が少ないので食べやすい魚です。

このことからムニエルやフライなどの揚げ物に向くとされ、イギリスの代表的な料理である、フィッシュアンドチップスに使われることも多いです。新鮮なメルルーサは身に弾力や透明感があります。今日はフライにしてバーガーにサンドしました。

今日の給食も残さず食べましょう(^~♪

