

4月 19日（金）今日の盛り付け

大皿：豆腐とえびの
うま煮丼

大碗：中華サラダ

小碗：いちご杏仁

トレイ：牛乳



【ひとくちメモ】今日の給食は中華料理です。



杏仁豆腐

杏仁豆腐は杏仁を粉状にして水と混ぜ、液を濾し、固めてつくる中国発祥のデザートです。伝統的な読み方は「きょうにん」ですが、「あんにん」と読まれることが多く、一般的になっています。

杏仁・・・料理名にも入っている「杏仁」は、杏の実の種のさらに内側の白い部分のことをいい、この白い部分自体のことを仁と呼びます。中国ではもともと杏仁は、咳を止める効果があるとして薬として使われていました。

また、杏仁豆腐に使われる杏仁の粉は高級食材として知られます。とても高価で手に入りにくいので、アーモンドパウダーやアーモンドエッセンスで作られることが多いです。給食でも風味の似ているアーモンドエッセンスを代わりに使っています。

食感・・・液を固めるものは特に決まっていない料理です。ゼラチンや寒天、アガーなど固める食材によって食感が変わります。給食では寒天を使って固めています。給食以外の場所で杏仁豆腐を食べる機会があったら、ぜひ食感にも注目してみてください。

今日の給食も残さず食べましょう(^^♪