

9月16日(木)

こうよう ちいき がっこうえん とういつこんだて
晃陽地域学校園統一献立



きょうの給食メモ

にもの 煮物・・・

日本料理の一つです。

水や調味液を加熱して、食材をやわらかく調理することを「煮る」と言います。素材の色や風味を生かし、だしや薄口醤油を使い薄い煮汁で煮る方法（おでんや風呂吹き、煮びたし等）と砂糖や濃口醤油を使い素材に濃い味が染み込むように加熱調理する方法（煮つけ、煮しめ、肉じゃが等）があります。

今日の冬瓜のうま煮は、後者です。透明な冬瓜にしっかりと味を染みこませ、口に入れるととろけてしまうほどの柔らかさに仕上がりました。煮物は、体だけでなく心も温かくしてくれる料理ですので、この素晴らしさを伝えていける人になってほしいです。

