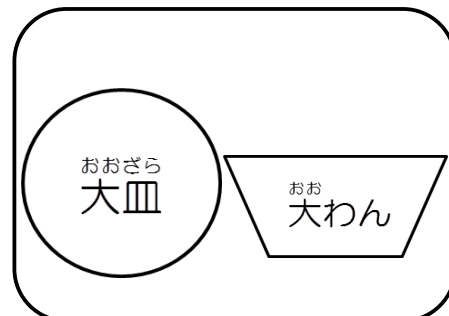


★^{しょく}食の^{まめちしき}豆知識～さくらの^{まな}学び舎～

^{しょっき} 食器	^{きょうこんだて} 今日の献立	^{はいぜんきぐ} 配膳器具
^{おおざら} 大皿	^い 炒りたまごのせごはん	^{しゃもじ・スコップ} しゃもじ・スコップ
	ツナそばろ	^{おたま} おたま
	ナムル	^{トング} トング
^{おお} 大わん	イナムドゥチ	^{おたま} おたま

<^{しょっき}食器の^{おかた}置き方>



だんだん^{さむ}寒くなってきたので、
^{こんげつ}今月はいろいろな^{ちほう}地方の^{しるもの}汁物を^{こんだて}献立に取り入れました。

^{きょう}今日の^{おきなわけん}イナムドゥチは^{きょうどりょうり}沖縄県の郷土料理です。
^{ぶたにく}豚肉、^{こん}こんにゃく、^{かまぼこ}かまぼこ、^{しいたけ}しいたけ、
^{あつあ}厚揚げなどを、^{あましろ}甘い白みそで^{あじつ}味付けした^{しる}みそ汁です。
「イナ」は「いのしし」、
「ムドゥチ」は「もどき」という^{いみ}意味で、
^{むかし}昔は^{いのしし}いのししの^{にく}肉を^{つか}使っていましたが、
^{げんざい}現在では^{ぶたにく}豚肉を^{つか}使って^{つく}作ります。



★^{だいこん}イナムドゥチの^{せたい}大根、^{せたがやく}ねぎは世田谷区でとれたものです！

給食室の様子



^{ぶた}豚バラ肉は^{にく}脂が多い^{あぶら}部位なので、
^{いちど}一度^{あぶら}さっと^{あぶら}ゆでて^{あぶら}余分な^{あぶら}脂を^お落としました。

^{こん}こんにゃく、^{なまあ}ごぼう、
^{だいこん}大根、^{なまあ}生揚げも
^{した}下ゆですること
^{くさ}臭みや^ぬアクを^ぬ抜きました。

