



ひまわり通信

行田市立学校給食センター

給食センターから食についてのお知らせです。ご一読ください。日頃、学校給食につきましては、御理解をいただきありがとうございます。さらに安心・安全な給食をめざしてまいりますので、御協力をお願い申し上げます。

埼玉県の郷土料理を知ろう！

埼玉県では、食育月間の6月と収穫の秋の11月を「彩の国ふるさと学校給食月間」としています。地場産の食材や郷土食等の理解を通して、ふるさとへの愛着を深めるため、給食では、埼玉県の郷土料理やB級グルメなどを献立に取り入れています。そこで、郷土料理の紹介をさせていただきます。

ゼリーフライ

行田市のB級グルメです。
今年、文化庁が新しく創設した、
100年つづく食文化として継承する
「百年フード」にも選ばれました。

呉汁

埼玉県の北埼玉地区の郷土料理です。
水に浸した大豆をすりつぶしたものを「呉」とい
い、呉の入った汁を呉汁といいます。

しゃくしなごはんの具の
しゃくしなは、秩父地方の
特産品です。



主菜がゼリーフライ
です。汁物は、ご汁です。
ご汁も郷土料理です。



ご汁には、砕いた
大豆や豆腐、季節の
野菜が入っています。

ごはんは、行田市産の
「彩のかがやき」100%
です。

うら面につづく

新メニューの紹介

①豆腐ラーメンの汁

豆腐とひき肉の入ったしょうゆ味の汁に、でん粉でとろみをつけたあんをかけたラーメンです。これからの季節、汁が冷めにくく、体が温まる一品です。

さいたま市岩槻区のご当地グルメです。



②レンティルスープ

レンズ豆がたくさん入ったトマト味のスープです。レンズ豆を英語でレンティルといいます。給食では、他にもあまり馴染みのない豆をいろいろ使用し献立にとりいれています。



③重忠汁(しげただじる)

深谷市出身で鎌倉時代の武将「畠山重忠」にちなんだご当地グルメです。

しょうゆ味の汁で、野菜と白玉が入っている汁物です。



11月の給食に登場した、おはなし給食のメニュー紹介です。

おはなし給食は、本に登場する料理や食材を使用した献立を給食にとりいれています。

赤毛のアンシリーズ「アン青春」から、「鶏肉のトマトソース」の紹介です。

鶏肉のトマトソース

材料(4人分)

鶏むね肉切り身 50g(4枚)

塩・こしょう 少々

にんにく(すりおろす) 1片

トマトケチャップ 大さじ1・1/2

赤ワイン 小さじ1

上白糖 小さじ1

トマト缶(ダイスカット) 20g

オリーブ油 小さじ1



作り方

- ① 鶏肉に塩、こしょう、すりおろしたにんにくをまぶし、下味をつけオリーブ油で焼く。
- ② トマトケチャップ、赤ワイン、上白糖、トマト缶をあわせて、煮詰めソースを作る。
- ③ 焼きあがった鶏肉に②のソースをかけ出来上がり。