

2022年 11月 きゅうしょくだより

♪きせつのたべものクイズ♪ なんというなまえのおやさいでしょう？



♪ヒント♪
のうかさんが“しゅうかく”をしているようすです。むらさきいろのおようふくをきていて、なかはきいろ。あま〜いおいもだよ。

今月の外国料理：フランス、中国



「かぼちゃの焼きクロケット・ポトフ、中華まん(さつまいも)」

＜ 11(金)の献立：昼食、午後おやつ＞



☆クロケットってなあに？

日本でいう”コロッケ”をさします。「バリバリと音を立てて噛む」ことを意味するフランス語の”クローケ”が由来です。日本では、茹でて潰したじゃがいもを使うものをコロッケと言いますが、クロケットの具材は多岐にわたります。揚げ料理ですが、給食では、かぼちゃ・豚ひき肉を用いて、マヨネーズをつなぎとしてパン粉をまぶして焼きます。

☆ポトフの由来は？

1つの鍋で肉と野菜を煮込む料理のことをさします。“ポト”が鍋や壺、“フ”が火を意味し、ポトフは火にかけた鍋”となります。本場フランスでは、スープはスープ皿・別皿に肉や野菜を盛りつけマスタード等の調味料を添えて食べるのが主流のようです。



☆世界の三大料理はどこ国？

「フランス料理」も「中国料理」も世界三大料理です。(残る1つは”トルコ料理”)世界三大料理の基準は、“人気”ではなく”宮廷料理であったか否か”が挙げられると言われています。 ※由来等には諸説・地域差があります

「きせつのたべものクイズ」のこたえは、「さつまいも」でした！おなかのなかをキレイにしてくれるんだって。



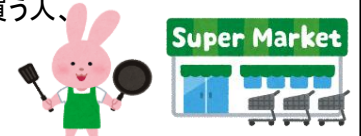
☆23日は” 勤労感謝の日 ” ☆

法律上は、「勤労を尊び、生産を祝い、国民がたがいに感謝しあう日」と定められています。

ただ、“新嘗祭(にいなめさい／しんじょうさい)”という五穀豊穡^{ごこくほうじょう}へ感謝するお祝いがこの祝日の由来と言われています。“新”は新穀を、“嘗”はお召上がりいただくことを意味します。収穫された新穀を神に奉り、その恵みに感謝し、国家安泰・国民の繁栄をお祈りする行事です。(伊勢神宮 HP より) 天皇が関わる行事のため、戦後の日本では廃止となりました。そこで米国における「Labor Day(勤労者の日)」と「Thanksgiving Day(感謝祭)」の2つを合わせて「勤労感謝の日」と定めたという説があります。



- ・食べ物を作ってくれている生産者さん、
- ・それを販売場所まで届ける運送屋さん、
- ・販売をする販売者さんとそれを買う人、
- ・美味しく料理をしてくれる人……



食卓に料理がならぶまに関わる人はたくさんいます。「ありがとう」の気持ちを忘れずに過ごしたいものですね。そして、何かを食べる時はその「ありがとうの気持ち」を「いただきます」「ごちそうさま」に込めて美味しくいただきましょう。



おうちで作ってみよう！

＜ 11(金) 昼食 ＞

☆フランス料理に挑戦☆「かぼちゃの焼きクロケット」

※目安：幼児 1人分(野菜：皮等を除いた量で記載)

かぼちゃ 40g・豚ひき 20g・炒め油・米粉 2g・片栗粉 1g

コンソメ 0.4g・マヨネーズ 1.2g・パン粉 6g・油 2.4g

- (1)かぼちゃは皮をむき、蒸かして熱いうちに潰す。
- (2)油を熱し豚ひきを炒めて火からおろす。
- (3)米粉～コンソメを混ぜ、(1)(2)としっかり混ぜ合わせる。
- (4)マヨネーズを加えてさらに混ぜて成型する。
- (5)パン粉+油を混ぜて(4)にまぶして焼く。

オーブン 220℃ 10～12分程度

※米パン粉や卵不使用マヨネーズ等で代用可

お子さまクッキングポイント♪

♪やけどに注意してかぼちゃを潰す ♪成型する ♪まぶす

