

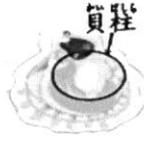
10月16日(火)

ほたて貝



ほたて貝には、大きな貝柱があり、給食ではこの貝柱を使っています。

おいしい味(うま味)がたっぷりあり、シチューやグラタン、スープなどに使われます。



今日はトマトのスープスパゲッティに入っています。

クイズ11 ホタテの貝柱は、ほかの貝に比べ大きいです。なぜ大きいですか。

- ① 強そうに見せるため
- ② おいしそうに見せるため
- ③ 敵からにげるため

一口メモ

今日の副菜は「トマトのスープスパゲッティ」です。

10月に1回だけ使うことができる生のトマトを使用しています。オリーブ油でにんにくを香りよくいためて風味をまして、ほたて貝とベーコンでうまみをだしています。

今週は、「食育週間」です。食について考えましょう。



スープスパゲッティに使用している

ほたて貝は、青森から北海道の寒い

海に多く、なみがしずかな水の深さが、10～30メートルのすなのそこにすんでいます。からは、おうぎの形をしています。

ほたて貝の貝ばしらのエキスには、グリシン、アラニン、グルタミン酸、イノシン酸などがふくまれている、うまみやあまみがたくさんつまっています。給食でも一度ゆでたほたて貝のゆで汁をスープに入れて、うまみを活用しています。

【おまけクイズ】

トマトにもうまみ成分のグルタミン酸というものがふくまれています。イタリアの家庭料理では、トマトソースをよく作っています。

つぎの食べもののうちグルタミン酸をふくんでいるものは、どれでしょうか。

- ① かつおぶし
- ② ほししいたけ
- ③ こんぶ

たまねぎ	北海道	ピーマン	宮崎県	トマト	岐阜県
キャベツ	群馬県	きゅうり	大阪府	パセリ	長野県

ごみの分別 普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え: ③ おまけクイズの答え: ③