

12月10日(水)

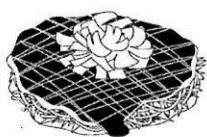
青のりをつかつた料理

青のりは、太陽にあてて乾かした後、粉にしたり、板状にしたりしたものをよく料理に使います。給食でも、今日の「まぐろのいそ風味フライ」をはじめ、いろいろな料理に使っています。

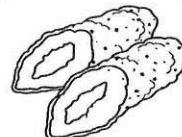
べにざけそぼろ



このお好み焼き



ちくわのいそべあい



きょうのこんだて

まぐろのいそ風味フライ
だいこんとあつあげのにもの
プチトマト
ごはん
ぎゅうにゅう

あ	(おもにからだをつくる)
か	ぎゅうにゅう・まぐろ・ あおのり・あつあげ・けずりぶし
き	(おもにねつやちからのもとになる) こむぎこ・パンこ・あぶら・ さとう
み ど り	(おもにからだのちょうしをととのえる) だいこん・れんこん・にんじん・ さんどまめ・プチトマト

クイズ 8 今日の「まぐろのいそ風味フライ」には、青のりをどのように使っているでしょう？

- ①小麦粉と青のりと水で衣をつくる ②青のりと塩とこしょうをまぐろにつける ③パン粉に青のりを混ぜる

一口メモ

○青のりは、どこでとれるか知っていますか？

○今日の献立名は、青のりを使っているので「まぐろの磯(いそ)風味フライ」といいます。とすると青のりは海でとれると考えられますね。でも、あの清流で有名な高知県の四万十川でも青のりはとれるのです。一体どういうことかというと、青のりは、海水と淡水が混じりあう汽水(低塩分の海水)域に広く分布し、養殖も行われているのです。



でき上がった「まぐろ」を、ていねいにミニバットに並べてくださってます。最終的な配缶はピンク色のエプロンをつけてます。付けかえる時は必ず手洗いします。

油の中の落ちたパン粉も、ていねいに取りながら揚げてくださってます。調理作業中なので、緑色のエプロンをつけています。



まぐろは1人1切れ、40gぐらいあります。
どこに青のりが使われているか、確かめてくださいね。

産地調べ

まぐろ	漁場: インド洋	だいこん	鹿児島県	にんじん	長崎県
青のり	愛媛県	れんこん	徳島県	プチトマト	熊本県

ごみの分別 □普通ごみ…牛乳キャップ □今日のプラごみ…牛乳フード

クイズの答え: ①