

9月8日（金）

かんこく ちょうせんりょうり し 韓国・朝鮮料理を知ろう！

プルコギ

「プル」は「火」、「コギ」は「肉」という意味で、「火で焼いた肉」という意味があります。



トック

「トッ」は「もち」、「クッ」は「汁」という意味があります。



クイズ⑥ プルコギには、コチジャンというピリッとからい、みそのような調味料を使っています。何が入っているから、からいのでしょうか。

- ① からし ② わさび ③ とうがらし

あか	(おもにからだをつくる) ぎゅうにく、ぎゅうにゅう
き	(おもにねつやちからのもとになる) さとう、ごまあぶら、いりごま、すりごま、トック、ごはん
みどり	(おもにからだのちょうしきをととのえる) たまねぎ、ピーマン、しょうが にんにく、にんじん、にら しいたけ、チンゲンサイ もやし

一口メモ

○今日は、韓国・朝鮮の料理です。給食で諸外国の料理の様子を知ることは、国際理解につながるとともに、日本の風土や食文化の理解を深めることにつながることから世界の料理も給食に取り入れています。

○今日のプルコギは、韓国・朝鮮の代表的な肉料理の一つです。

しょうゆベースで甘口の下味をつけた薄切りの牛肉を、プルコギパンというプルコギ専用の鍋で野菜やはるさめと共に焼く、あるいは煮て作る料理で、「韓国風すき焼き」とも呼ばれています。「プル」は「火」、「コギ」は「肉」の意味で「火で焼いた肉」という意味ですが、日本でいう「焼肉」とは異なり、むしろ「すき焼き」に近い料理です。

トックも韓国・朝鮮料理の一つで、もちを意味する「トッ」と汁を意味する「クッ」という言葉からできています。

○上福島小学校も6月に「おとなりの国 韓国・朝鮮の遊びを体験しよう」で韓国・朝鮮の文化に親しました。

【おまけクイズ】 給食では、韓国・朝鮮の料理のほかに つぎのどの国の料理をだして いるでしょうか。 ① イタリア ② ロシア ③ オランダ



給食のトックとコチジャン

ピーマン	青森県	たまねぎ	北海道	チンゲンサイ	長野県
しょうが	高知県	にんじん	北海道	にら	高知県

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：③ おまけクイズの答え：①