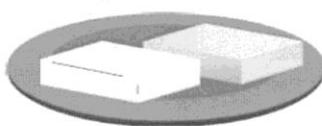


11月29日(水)

ういろう



ういろうは、約600年ほど前に、明から日本へ渡ってきた陳外郎といふ人が、作ったという説があります。多くは米粉で作られますが、小麦粉や、わらび粉で作ったものもあります。

※ 旧暦の6月末に行われる「夏越の祓」は、半年分のけがれを落とし、この後の半年の健康を願う行事。

6月の「夏越の祓」の行事食として、白いういろうに小豆をのせた「水無月」と言う和菓子があります。

きょうのこんだて

ぶたにくとまいたけのいためもの
つみれじる
ういろう
ごはん
ぎゅうにゅう

あか	(おもにからだをつくる) ぶたにく、いわしだんご あかみそ、しろみそ だしこんぶ、けずりぶし ぎゅうにゅう
き	(おもにねつやちからのもとになる) サラダあぶら、じょうしんこ さとう、ごはん
みどり	(おもにからだのちょうしをととのえる) キャベツ、まいたけ、しょうが だいこん、ごぼう、にんじん みづば

クイズ19 10月の給食に登場したコーンクリームシチューには、米粉を使いました。
給食で使った米粉は、つぎのうちどれでしょうか。

① 道明寺粉

② 白玉粉

③ 上新粉

一口メモ

○今日は和風のデザートの「ういろう」です。全国各地で

作られている和菓子です。有名なところでは神奈川県(小田原)、

愛知県(名古屋)、三重県、京都府、山口県などです。

今日のういろうは、一番シンプルなういろうです。材料は、上新粉とさとうと水です。



上新粉



さとう

水

これをひとりあたり、上新粉10g、さとう5g、水20gを合わせて、混ぜて30分蒸して作ります。ご家庭での手作り和菓子としてぜひお試しください。

【ういろうの基本割合】

上新粉2 : さとう1 : 水4

【おまけクイズ】 つみれ汁は、魚のすり身のだんごが入った汁ものです。

今日のつみれ汁には、何の魚のすり身のだんごが入っているでしょう。

- ① いわし ② あじ ③ さば

たまねぎ	北海道	にんじん	長崎県	だいこん	大分県
キャベツ	愛知県	ごぼう	青森県	まいたけ	新潟県

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