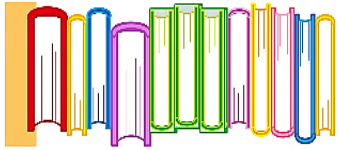


おはなし給食

きゅうしょく



つき かい ほん なか どうじょう りょうり
月に1回、本の中に登場する料理を
きゅうしょく ていきょう
給食で提供します。

「じゃがいもポテトくん」より

12/12(火) じゃがいももちのおつゆ

じゃがいもちは、北海道の郷土料理で「いもち」と呼ばれています。すりつぶしたじゃがいも、片栗粉などを混ぜ合わせ、丸めて焼き、甘辛いたれをからめた料理です。

給食では丸めてゆでたじゃがいももちを使います。

おつゆに入ったじゃがいももちのもちもちの食感を味わってください。

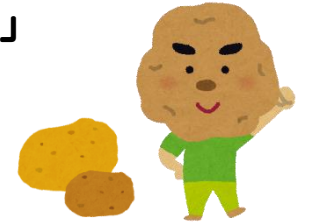


じゃがいもは「おおきくなりすぎちゃった じゃがくん」(まるやまおさく/みらいパブリッシング)、「だんしゃく王とメーカーイン女王」(荻田すみこさく/きたむらゆうか え こうだんしゃ 澄子作・北村裕花絵/講談社)、「じゃがいものんたのわすれんぼう」(つるたようこ作/福音館書店)など、いろいろな本にも出てきます。



「じゃがいもポテトくん」

はせがわ よしふみ さく え
長谷川 義史 作・絵
しょうがくかん
小学館



～どんなおはなし?～

家族、親戚みんなで北の国から八百屋さんにやってきたじゃがいものじゃーむす。みんなで仲良く店先に並んでいましたが、次々といろいろなお家を買われていき離ればなれになってしまいます。一度は涙 涙のお別れをしますが…

じゃがいもは別の姿で大活躍!

じゃがいもはじゃがいももちだけではなく、でんぷん(片栗粉)という食品に変身します。給食では、でんぷん(片栗粉)は次のような時に活躍します。

とろみをつけたいとき

水で溶いたでんぷん(片栗粉)をたれや汁物に入れると簡単にとろみをつけることができ、食材に味がからみやすくなります。

カリッとさせたいとき

食材にでんぷん(片栗粉)をまぶして揚げると、うまみを閉じ込めてカリッとした食感に仕上がります。

12月の給食から

- カレーうどん・かきたま汁 など
- 鶏から揚げのねぎだれ・いわしのから揚げ など
- かき揚げ、またねチヂミのかき揚げ など

食材をまとめたとき

- かき揚げを作る時には、野菜と一緒に混ぜ合わせて揚げると、でんぷん(片栗粉)がつけぎの役割をし、食材をまとめてくれます。

※片栗粉は本来カタクリという植物のでんぷんのことですが、今ではじゃがいもを原料としているものが一般的です。