



一年前と比べて…



今年度も残すところあと1か月になりましたね。

子どもたちの食欲も秋頃から徐々に増し、子どもたちの成長を感じる今日この頃です。

日々の給食や調理活動、お芋堀や大根堀などを経験し、食べられる食材が増え、食への関心を少しでも持ってもらえるようになっていたら幸いです😊

園内で子どもたちから「せんせい！美味しかったよ！どうやって作ったの？」「また作ってね！！」

などと声をかけられることも増えました。とても嬉しい限りです。

今年度最後の月、そして来年度も愛情を込めて、子どもたちが喜んでくれる給食を提供できるよう、給食室一同頑張っていきたいと思います。何かありましたらいつでも栄養士・調理員にお声をお掛けください。

成長展での絵本の料理・ナンバーワンは…！？

今年度は「絵本の中に出てくる料理」を月に一度、献立に取り入れてきました。先月の成長展では投票ありがとうございました！！栄えあるナンバーワンの料理は…パンどろぼうおにぎりぼうやのたびだち「おにぎり🍙」でした(11票)😊3月28日のおやつで提供しますのでお楽しみに♪

世界の料理～イギリス

今月の世界の料理は13日、イギリス料理の『フィッシュ&チップス』です。🍷🍷

イギリスを代表するおつまみの一つで、白身魚のフリッターにフライドポテトを添えたもの。日本食で言うと魚の天ぷらのようなものですね！外はカリッと中はホクホクのフィッシュを、付け合わせのフライドポテトと共にモルトビネガーをたっぷりかけていただくのがイギリス式です。

保育園では白身魚を薄力粉・片栗粉・カレー粉・ベーキングパウダーを水と油で溶いた衣にくぐらせ、油で揚げています。チップスとはフライドポテトのことです。おやつは、前回のイギリス料理の時にも、大人気だった『スコーン』です。子どもたちは、スコーン＝イギリス料理！と覚えているでしょうか？お家でもお子さんに聞いてみてくださいね！😊

フィッシュ・アンド・チップスに付く「チップス」は、いわゆるポテトチップスのことではなく、フライドポテト(アメリカ合衆国で言うフレンチフライ)のイギリスでの呼び名である(イギリス英語でポテトチップスは一般にクリスプス「Crisps」と呼ぶ)🍷アメリカ合衆国資本のファーストフードチェーンで出されるフライドポテトに比べてイギリスのチップスは太いのが特徴です！

🍷フィッシュ&チップス🍷のフィッシュの作り方

- 🍷白身魚…300g 🍷塩・胡椒…少々
 - 🍷(A)カレー粉 小さじ1
 - 🍷(A)薄力粉 大さじ3
 - 🍷(A)片栗粉 大さじ3
 - 🍷(A)ベーキングパウダー 小さじ1
 - 🍷水 大さじ3 🍷油 小さじ2 🍷揚げ油
1. キッチンペーパーなどで魚の表面の水分を拭き取り、塩、こしょうを両面に振りかけます。
 2. (A)を混ぜ合わせ、水と油を加えて衣を作ります。
 3. 魚に2をまともせ、180℃の油で揚げます。
 4. こんがり揚がったら油を切って取り出し、食べやすい大きさに切って皿に盛ります。

一言コメント

フリッターとは、洋風の天ぷらのこと。卵や炭酸水を使うこともありますが、保育園では手軽に作れる、ベーキングパウダーのレシピにしました。カレー粉を加えて食欲をそそる香りをプラスしています！