

日本全国味めぐり



マハエちゃん

9月18日は

沖縄県

のこんだてです。

ごはん・おきなわてんぷらー・タマナーチャンプルー・
ソーキ汁・牛乳

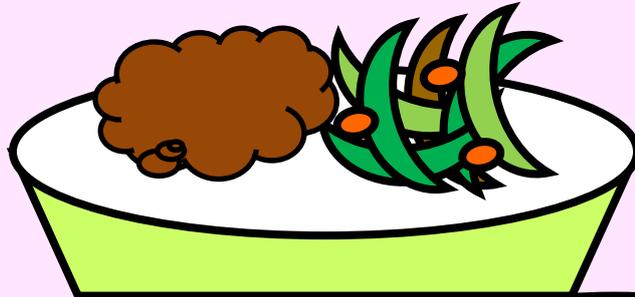
沖縄には、まちのあちこちに「天ぷらや」があり、ちょっとおなかがすいた時や、おやつのかわりにもよく食べられます。

沖縄の天ぷらは、衣がフリッターのように厚く、そのままでも美味しく食べられるように味がついています。ぐには、魚やえび、いか、とり肉、かまぼこなど色々な種類があります。

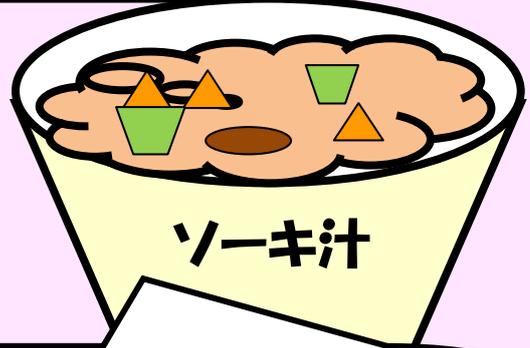
「タマナー」とはキャベツ、「チャンプルー」とは「まぜこぜにした」という意味で「炒め物」の事です。今日はキャベツをゴーヤや、ソーセージの一種である「スパム」といっしょに炒めました。

沖縄天ぷらー

タマナーチャンプルー



ごはん



ソーキ汁

「ソーキ」とは、豚の骨付きあばら肉の事で、ソーキ汁はソーキと、昆布、大根やとうがんなどを、かつおだしで煮た汁物のことです。沖縄では、お盆や正月など家族が揃ったときに食べる伝統的な家庭料理です。

今日の給食では、食べやすいように、豚のもも肉を使っています。

～毎月19日は食育の日～