

11月給食だより



11月9日(土)は須賀川の「松明あかし」です。須賀川の松明あかしは、430年以上続く日本三大火祭りのひとつで11月の第二土曜日に開催されます。大松明の大きさは、長さ10メートル・重さ3トンもあるそうです。

「松明あかし献立」を実施します。

松明あかしの松明をイメージした「セルフのりまき(のり・ゆかりごはん)」と「米粉めん入り坦々汁」を提供します。

「米粉めん入り坦々汁」は夜空を舞い上がる火の粉と、熱く燃え上がる松明をイメージした料理です。また、米粉めんは学校給食の地産地消を推進するため、市農政課から提供されたものを使用します。レシピを紹介しますので、ぜひ作ってみてください。

<材料4人分>

豚ひき肉・・・・・・・・50g	米粉めん・・・・・・・・50g
たまねぎ・・・・・・・・80g	おろしにんにく、しょうが・・少々
にんじん・・・・・・・・30g	トウバンジャン・・・・・・・・少々
もやし・・・・・・・・100g	中華スープ素・・・・・・・・5g
にら・・・・・・・・20g	みそ・・・・・・・・大さじ2
油揚げ・・・・・・・・20g	ねりごま・・・・・・・・20g
ねぎ・・・・・・・・40g	しょうゆ・・・・・・・・小さじ1
<作り方>	水・・・・・・・・700ml

- ①たまねぎはスライス、にんじんは千切り、にらは2cm長さに切る。油揚げは千切り、ねぎは小口切りにする。
- ②米粉めんを下茹でする。(うどんやそうめんでも代用可)
- ③鍋に油を熱し、ひき肉を炒め、にんにく、しょうが、トウバンジャンも加えて香りを出す。
- ④③ににんじん、たまねぎを加え炒め、分量の水を入れ加熱する。
- ⑤沸騰したら、油揚げ、もやしを加え煮て、カッコの調味料を加える。
- ⑥最後に、米粉めん、ねぎ、にらを加えて煮る。

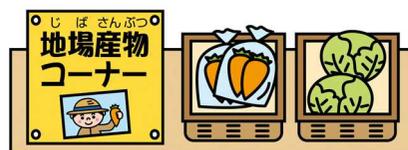
給食を通して地産地消の良さを知ろう!

地産地消とは、地域で生産された農林水産物を、その地域で消費する取り組みです。学校給食では、地域でとれた「地場産物」を活用することで、地域の産業や食文化への理解を深め、地域への愛着を育むとともに、環境問題や食料自給率といった課題について目を向ける機会にしたいと考えています。

地産地消の良さとは?



<p>新鮮な旬の味覚を味わうことができる</p>	<p>作っている人の顔がわかり、安心感が得られる</p>	<p>地域内で資金が還元され、地域経済の活性化につながる</p>
<p>農業が活性化することで農地が保全され、景観の維持や洪水の防止につながる</p>	<p>運ぶ距離が短くなり、エネルギーやCO2排出量が削減でき、環境に優しい</p>	<p>エスディージーズ(SDGs)の達成に貢献できる</p>



直売所や道の駅、スーパーマーケットの地場産物コーナーなどを活用しましょう。地場産物は価格が安いのに、新鮮でおいしいので上手に活用しましょう。