



# きゅうしょくだよい

平成30年 11月1日  
八千代保育園



## 郷土料理を食べよう！

いにほんしょく

11月24日は和食の日◎

郷土料理とは、その地域に特有の料理で、各地域の産物を上手に活用して、風土にあった食べ物として作られ、食べられてきました。限られた食材を工夫しておいしく食べる、生かす、保存する知恵がたくさん詰まっているのが郷土料理の特徴です。そして歴史や文化、あるいは食生活とともに受け継がれています。11月は給食やおやつに全国各地の郷土料理を取り入れています。また、サンプルケースの後ろに地図を貼り、郷土料理が取り入れられた日は都道府県を矢印でお知らせしますので、お子さんと一緒に見てみてくださいね。

### レシピ紹介 鬼まんじゅう（愛知県）

子どもが食べやすいようホットケーキミックスで作っています

○材料（約8個分）

- ・さつまいも 1/4本
- ・ホットケーキ粉 150g
- ・牛乳 100ml
- ・砂糖 50g
- ・食塩 少々



○作り方

- ①さつまいもを1cmの角切りにして水にさらし、軽く下茹でする。
- ②牛乳、砂糖、食塩を混ぜたところにホットケーキ粉を加える。
- ③水気を切ったさつまいもと②を合わせ、アルミカップにスプーンで落とす。
- ④蒸し器で約10分蒸す。

### 七五三会食

11月15日は七五三の集いです。給食もお祝いの気持ちを含めて、特別メニューになっています。幼児クラスでは毎年恒例の“塩釜焼き”作りを行なう予定です。今年は出世魚のスズキで作ります。大きな魚を見て、子ども達がどんなリアクションをするか、今から楽しみです★



### らいおん組 味噌作り

### 天地返しをしました

5月に仕込んだ“らいおんみそ”。樽のみその上と下を混ぜることを“天地返し”といいます。ボールに味噌をあげ、もう一度戻す作業を行ないました。味噌を仕込んだ時は白っぽい色をしていましたが、発酵が進んで茶色く色づいていました。「こうじがあるね。大豆もつぶしたのにまだあるね。」と作った時のことを思い出してみたり、少し味見をしてみると、「しょっぱい！けどおいしい！」と、完成に近づいていることを実感して嬉しそうでした。あと2、3ヶ月発酵が進んだら完成です！

