

1月17日(金)

- ・ご飯
- ・カレーうどん
- ・ごま和え
- ・牛乳



精華町でとれたはくさいを使っています。カレーうどんは初めての献立です。うどんの献立なので、ご飯の量がいつもより少ないです。うどんはいつものご飯わんで、ごはんは汁わんに盛り付けましょう。カレーのうまれた国インドは日本の約9倍の広さの国土に10億を超える人が住む国です。インドでは、どの過程でも料理に合わせてスパイスを混ぜ合わせて味付けをしています。この混合スパイスのことを「マサラ」といいます。この「マサラ」をイギリス人好みにブレンドしたものがカレー粉です。