

7月5日（火）

- ご飯
- とり肉の南蛮漬け
- そえきゃべつ
- みそ汁
- 牛乳



今日は精華町でとれたたまねぎを使っています。南蛮とは外国のことを意味します。和食では外国から伝わった料理や野菜に南蛮という言葉をつけることがあります。南蛮という言葉が南方の人たちのことを言うのではなく、外国や外国人のことを意味しているのは、外国の人たちが東南アジアを伝わって日本にやってきたからだそうです。外国のものは南蛮ということだったようです。南蛮漬けは魚や肉、野菜を揚げて甘酸っぱい液につけて味をつける料理です。今日は鶏肉を揚げて、甘酢につけています。