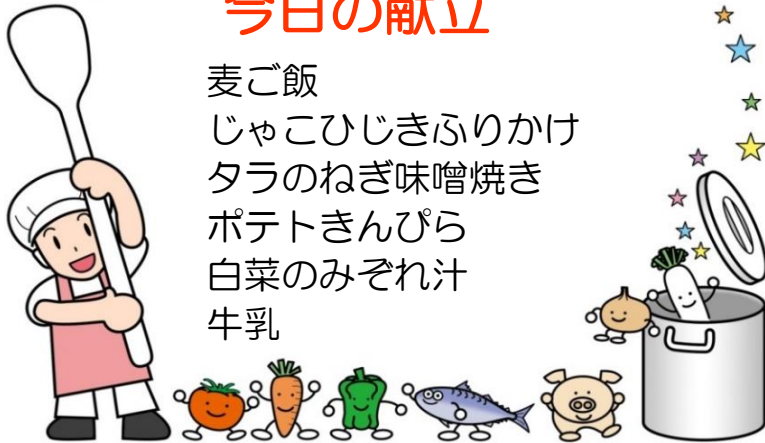


稲中ランチタイム通信

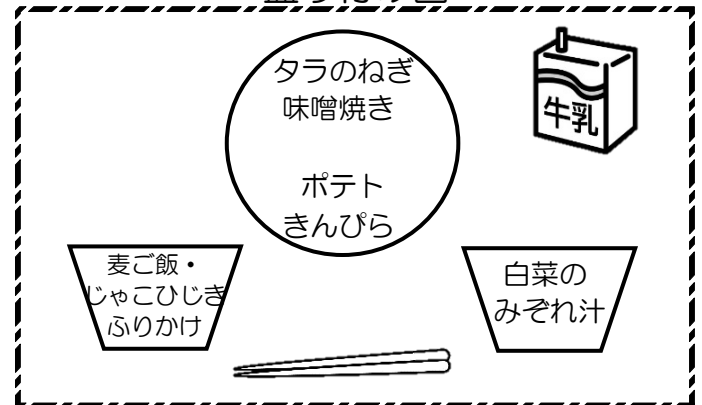
1月16日(木)

今日の献立

麦ご飯
じゃこひじきふりかけ
タラのねぎ味噌焼き
ポテトきんぴら
白菜のみぞれ汁
牛乳



盛り付け図



『タラ』について

タラは漢字で「魚へんに雪」と書くように、冬を代表する魚です。食べ物や飲み物をお腹いっぱい食べることを「たらふく食べる」と言いますが、この言葉は魚のタラに由来します。タラは口が大きく、非常に貪欲どんよくで何でも食べてしまう性質があり、たっぷり食べたお腹が「タラのお腹」のように見えることから「鱧腹(たらふく)」という言葉が生まれたそうです。産卵期を迎えたタラは、カニやエビ、イカ、カレイなど身近な生物でも、何でも食べてしまう大食いな魚です。

先生からの食育コメント

タラは、脂肪の少ない白身魚で、淡白な味わいが特徴です。鍋の具や焼き魚、ソテー、フライにしてもおいしく食べることができます。スケトウダラは、すり身の原料や、かまぼこ、ちくわなどの原料としても使われ、卵は「タラコ」として流通しています。