

稲中ランチタイム通信

6月26日(水)

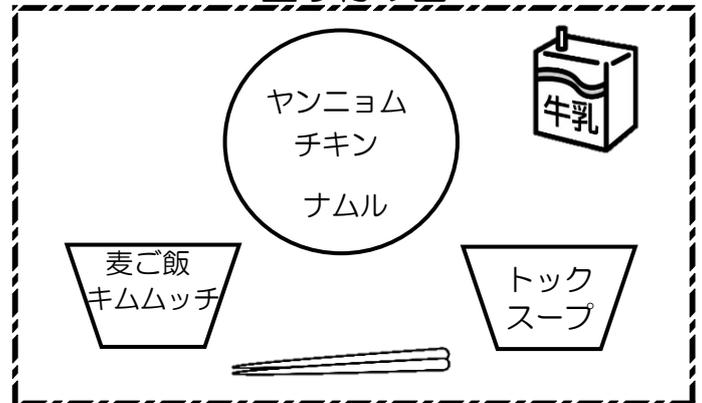
今日の献立

【世界の料理：韓国】

麦ご飯 キムムッチ
ヤンニョムチキン
ナムル
トックスープ
牛乳



盛り付け図



『韓国料理』について

「ヤンニョムチキン」は、揚げた鶏肉にコチュジャンやにんにく、砂糖などを混ぜ合わせてつくる「ヤンニョムソース」をかけた韓国風のフライドチキンです。見た目ほど辛くなく、少し甘い味付けが特徴です。韓国の和え物「ナムル」は、食事のおかずとして欠かせないもので、複数のナムルが食卓に並ぶそうです。行事食としてお正月やお祝い事でも食べられています。

先生からの食育コメント

今日は、同じ韓国料理の「トックスープ」を合わせました。トックとは、韓国のお餅で、丸くて平べったい形をしています。日本ではお正月にお餅が入ったお雑煮を食べますが、韓国でもお正月などでトックを使った料理が振る舞われるそうです。