

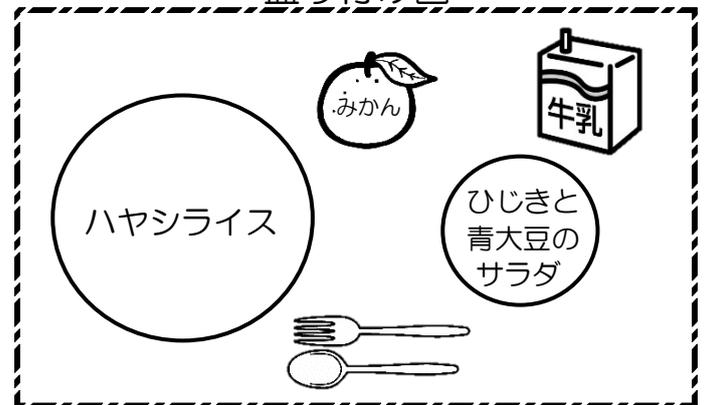
稲中ランチタイム通信

12月19日(木)

盛り付け図

今日の献立

ハヤシライス
ひじきと青大豆のサラダ
果物(みかん)
牛乳



『ハヤシライス』について

今日は、豚肉と野菜をデミグラスソースやトマトと一緒に煮込んだハヤシライスです。デミグラスソースとは、西洋料理の基本的なソースでフランス語で「煮詰める」という意味になります。牛肉や骨と野菜を何時間も煮込んで作る濃厚なソースは、肉や野菜のうま味が濃縮されています。今日は、しめじやいんげん豆のペーストも加えて、うまみたっぷりのハヤシライスに仕上がりました。

味わって食べてみてください！

先生からの食育コメント

ハヤシライスは、日本で生まれた料理です。名前の由来は諸説ありますが、「ハッシュド ビーフ ウィズ ライス」がなまって、ハヤシライスになったという説や早矢仕(はやし)さんが、ハッシュドビーフをご飯にかけて食べ始めたから、という説などがあります。