

給食通信

7月15日（水曜日）今日の献立は、

『ご飯 鯖の文化干し ひじきとごぼうの炒り煮
厚揚げの味噌汁 牛乳』です。



今日は脂ののりが良くておいしい青魚、鯖の文化干しです。文化干しとは、天日で干して作る天日干しに対して、冷風乾燥機で人工的に干した干物のことをいいます。鯖は、干物の他にも、色々な加工品があります。鯖は鮮度が落ちやすい魚であることから、塩漬けて作る「干物」や、お酢を使った「酢じめ」にして保存をきかせる技術が発達していきました。今日の鯖は、脂が適度にのっていて、程よい塩味です。魚が苦手な人も、ぜひ挑戦してみましょう。