

ドレッシングをまぜましょう。

副菜皿

ぎゅうにゅう
牛乳

バジルソースサラダ

平皿

深皿

二色ガーリックフランスパン

ポークシチュー

今日は、**フランス**料理の^{こんだて}献立です。**シチュー**と聞くと、**白色**のホワイトシチューを想像しやすいですが、実は、**日本に初めて伝わったシチューは「茶色」**でした。**ビーフシチュー**がそうであるように、「ルー」を作る時、じっくりと色づくまで火を通すと、**茶色の「ブラウンルー」**ができます。ちなみに、**色づく前に牛乳を加えると「ホワイトソース」**が、**少し色をつけてカレー粉を加えると「カレールー」**ができます。



給食室の様子



お肉は、朝一で下味をつけ、小麦粉をまぶして一度オーブンで焼き、うま味を閉じ込めてあります。



フランスパンは、**パセリ**で緑、**香料のパプリカ**で赤色の二色に仕上げました。

ブラウンルーの他に、隠し味の**カラメルソース**や別で煮て酸味を飛ばした**トマト類**を入れることで、**コク**を出すことができます。