

食育ニュース

10月23日(金)

ごまドレッシングサラダ

ドレッシングを
まぜましょう。

牛乳

平皿

タンドリーチキン

副菜皿

飯椀

ターメリックライス

コンソメスープ



タンドリーチキンはインド料理です。鶏肉を、ヨーグルトやスパイスを混ぜた調味料に漬け込み、焼いて作ります。本場、インドでは、「**タンドゥール**」という粘土で作った壺のような形の窯で焼きます。肉は、串で刺して焼くので、タンドゥールで焼いたチキンには穴が開いています。ちなみに、インドのパンである「**ナン**」も、同じタンドゥールの内側に張りつけて焼くそうです。



給食室の様子

タンドゥールの代わりに、給食室ではオーブンを使って焼き上げました。



給食では顆粒だしを使いません。鶏ガラと野菜からじっくりとスープをとり、澄んだコンソメに仕上げました。