

皿なし

とうにゅう
豆乳プリン

ぎゅうにゅう
牛乳

深皿

ホイコーローどん
回鍋肉丼

みずな
水菜スープ

飯椀

ホイコーロー
回鍋肉の起源は、中国の元旦に行われた祭から来ています。

ゆでた豚肉を祖先に捧げ、その後、捧げた肉を鍋に入れ炒めます。その豚肉をみんなで食べたのが回鍋肉の起源のようです。

「ホイ」は「戻す」、「コウ(グオ)」は「鍋」、「ロウ」は「肉」の意味があります。肉を一度加熱して取り出し、野菜を炒め、再び肉を鍋に戻して味付けする。このような料理の手順から回鍋肉という名前が付けられました。



給食室の様子

土曜授業をがんばる港南中生に、給食室から応援の気持ちを含め、デザートプリンを作りました。



豆乳・卵・さとうでヘルシーに仕上げた卵液に、生クリームでコクをプラスしました。オーブンで蒸し上げ、手作りのカラメルソースをかけて完成♪

