

ドレッシングを
まぜましょう。

ぎゅうにゅう
牛乳

副菜皿

ハーブチキンサラダ

飯碗

深皿

かぼちゃの米粉ポタージュ

ジャンバラヤ

アメリカの定番料理「ジャンバラヤ」

今日は、アメリカのケイジャン料理「ジャンバラヤ」です。
“ケイジャン”とは、フランスの植民地から、今のアメリカ・ルイジアナ州に移住した人々のことです。



大きな鍋で作り、大人数で食べることが多く、現在ではバーベキューとともに屋外パーティーの主役になっています。ルイジアナ州では、ハンバーガーやホットドッグと並ぶ定番メニューだそうです。

ジャンバラヤの材料は、米と野菜、肉がメインで、ほかにソーセージや玉ねぎ、パプリカなどを入れます。

給食室の様子

鶏肉に、玉ねぎ・にんにく・バジル・タイムなどで下味をつけ、オーブンで焼いて冷まし、サラダに加えました。



ポタージュは、米粉でとろみをつけました。

