

ドレッシングを
まぜましょう。

飯碗

ぎゅうにゅう
牛乳

ごまドレッシングサラダ

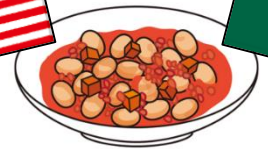
平皿

チリビーンズサンド

深皿

タラのブイヤベース

アメリカ発祥!メキシコ風料理「チリビーンズ」



チリビーンズはテキサスやニューメキシコなど、
アメリカ南部発祥のメキシコ風豆料理です。挽肉とタマネギを炒め、そこにチリパウダーや水煮した豆を加えて煮込みます。

豆の種類はいんげん豆やレンズ豆、ひよこ豆、大豆など様々ありますが、今日は大豆を使っています。チリペッパーやチリパウダーでスパイシーに仕上げ、トマトやトマトケチャップで味を整えて作ります。

給食室の様子

タラと国産アサリを、白ワインで下味し、釜で蒸してからスープへ加えました。

