

皿なし

にそう
二層コーヒーゼリー

ぎゅうにゅう
牛乳

深皿

めだまや
ナシゴレン・目玉焼き

飯碗

インドネシア風スープ

インドネシアやマレーシアの「ナシゴレン」



インドネシア



マレーシア

ナシゴレンは、**インドネシア**や**マレーシア**の料理です。
「ナシ」は「ご飯」、「ゴレン」は「炒める」の意味で、チャーハンのような料理です。

今日は、エスニック感を出すために、**ナンプラー**が使われています。
ナンプラーは、**魚から作ったしょうゆで、独特の香りがします。**

また、具材は**目玉焼きを乗せるのが特徴**です。
他に、揚げたエビせんべいを添えることもあります。



給食室の様子

先にコーヒーゼリー液
を作ってカップに注ぎ、
次にミルクゼリー液を
を作って注いで、二層のゼ
リーに仕上げました。



輪切り玉ねぎに、卵を入れ塩・こしょうをふり、
オーブンで蒸して目玉焼きを作りました。

