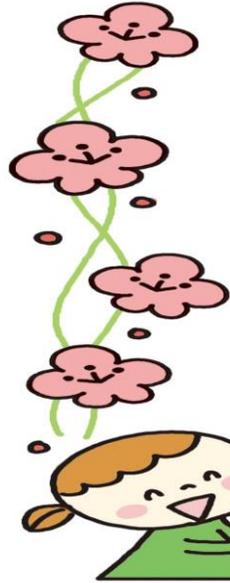


# 3月給食たより



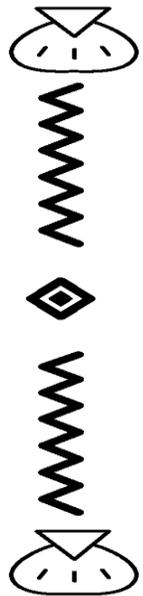
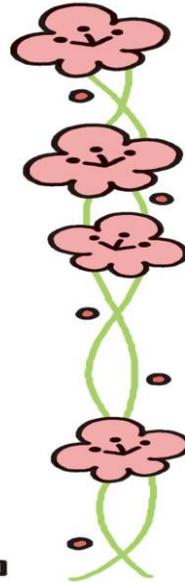
2024年2月26日発行

給食室 栄養士 福永



柔らかな日差しとともに、だんだんと温かくなってきました。1年も終わりに近づき、子どもたちのたくましさを感じる今日この頃です。

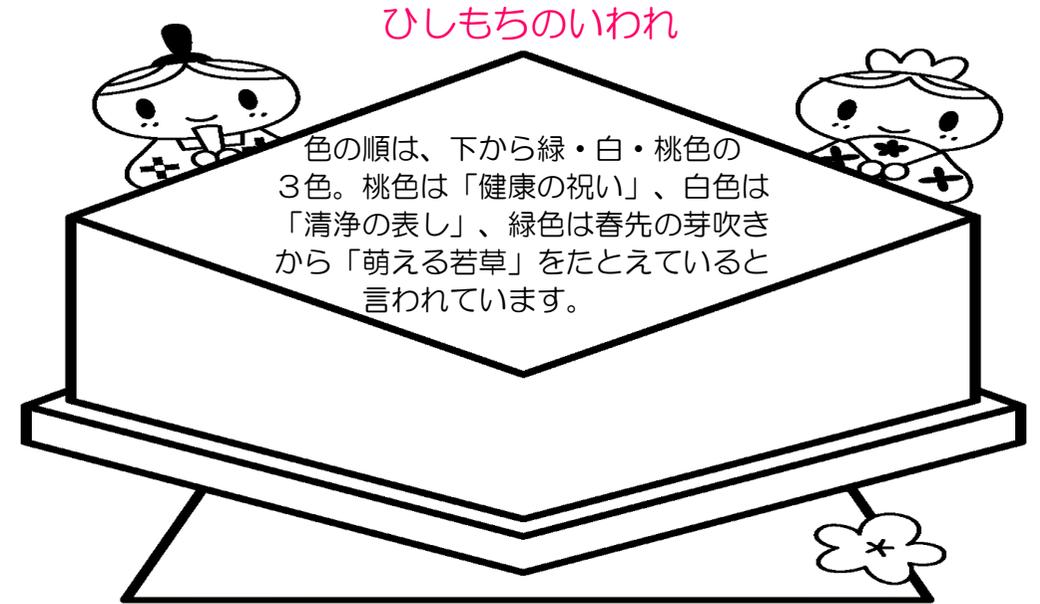
3月は行事もたくさんあり、給食室では大忙しとなりますが、楽しみにしてくれる子どもたちの声を励みに頑張りたいと思います。



## ハマグリのお吸い物

ひな祭りに食べるハマグリのお吸い物。ハマグリには、アサリやシジミよりもうまみ成分が多いので、塩や薄口しょうゆだけを使ったお吸い物にすると味が生きてきます。

またハマグリは、2枚で1対になっていてほかの貝殻とは模様や形が一致しないことから、昔は女の子が結婚するときの花嫁道具のひとつになっていました。



## ひしもちのいわれ

色の順は、下から緑・白・桃色の3色。桃色は「健康の祝い」、白色は「清浄の表し」、緑色は春先の芽吹きから「萌える若草」をたとえていると言われています。



<材料>子ども1人分

|      |     |
|------|-----|
| 蒸し大豆 | 4g  |
| 砂糖   | 2g  |
| 水    | 1g  |
| 小麦粉  | 12g |
| 砂糖   | 2g  |
| 油    | 4g  |
| 粉糖   | 適量  |

<作り方>

- ① フライパンに砂糖と水を入れて火にかける。ふつふつとカラメル色になったら火を弱火にして大豆を入れて火を消す。
- ② 大豆をクッキングシートの上に広げて冷ます。(飴状の砂糖は高温の為、触れない!)
- ③ ふるった小麦粉、砂糖、油を混ぜ合わせて生地を作る。
- ④ 7gくらいの生地を丸めて平らにし、②の大豆飴3粒を包んで丸く成形し、シートを敷いた鉄板で160℃12分焼く。
- ⑤ 焼きあがったらよく冷まし、粉糖を絡める。