

給食センターからこんにちは  
10月の中学校の献立より…



# ☆平成25年10月21日(月)の給食紹介☆

中学校 エネルギー:848kcal たんぱく質:34.3g

★主食: ご飯

☆主菜: とり天

★副菜: 磯香和え

☆汁物: 酒々井味噌のだんご汁

★飲み物: 牛乳 (ミルメークココア)

大分県の  
郷土料理

## 全国おいしいもの巡り~大分県~

10月は第5弾として、九州にある「大分県」特集です。大分県は、温泉地として有名で、温暖な気候と豊かな自然に囲まれ、遠浅の海からリアス式海岸の豊後水道まで、変化にとんだ地形を生かして漁業や養殖が盛んです。

給食では、大分県の郷土料理である「とり天」と「だんご汁」の登場です。

### ~大分県のおいしいもの紹介~

☆とり天: 鶏の天ぷらのことで、県民食と呼ばれるほど大分県のあちこちに「とり天屋」があります。1926年(大正15年)に別府市内のレストランで台湾人のコックが作ったのが始まりといわれています。

☆だんご汁: 小麦粉を練って作っただんご、季節の野菜で作った平たい麺を味噌仕立てのスープに入れたのが始まりといわれます。大分では、食べる直前にカボスを入れたり、ゆずこしょうで辛味を効かせたりして食べるそうです。

### ~とり天レシピ~

#### ★材料(4人分)★

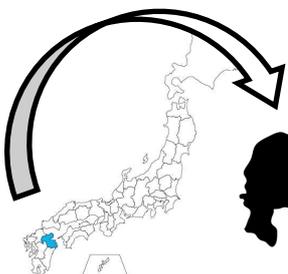
- |         |             |
|---------|-------------|
| ・鶏もも肉   | 30g×8切れ     |
| 下       | 生姜 2分の1かけ   |
| 味       | にんにく 2分の1かけ |
|         | しょうゆ 大さじ1   |
|         | 酒 大さじ1      |
| ・天ぷら粉/水 | 適量          |
| ・揚げ油    |             |

#### ★作り方★

- ①鶏肉は生姜・にんにく・しょうゆ・酒で下味をつけておく。
- ②天ぷら粉と水で天ぷらの衣を作る。
- ③①に②をつけ揚げる。



大分県



とり天は、普通の天ぷらと違い、味をつけてから揚げるため、天つゆがなくても、まだ冷めてもおいしくいただけます♪

