

世界の料理

ナン チキンカレー カチュンバル
ラッシー おやつ: ティルチツキ



作り方3人分
 今月はインド料理でした！ナンは薄力粉(80g)、砂糖(10g)、塩(3g)、ベーキングパウダー(3g)、水(160ml)をよく混ぜ合わせます。5mmの厚さに伸ばしバターで焼きます。チキンカレーは玉ねぎ(1/2個)、人参(1/2本)をみじん切り、じゃがいも(1個)を角切り、細切れの鶏肉(100g)を炒めます。水(200ml)を加えて煮込みます。ローリエパウダー(小さじ1)シナモンパウダー(小さじ1)、すりおろしりんご(大きじ3)、カレー粉(大きじ1)、醤油(小さじ1)、中濃ソース(小さじ1)、ケチャップ(大きじ1)を加えさらに煮込みます。牛乳(50ml)を入れます。薄力粉をふるいながら溶かし入れ、よく混ぜて、とろみがついたら完成です。カチュンバルは胡瓜(1/2本)トマト(1個)を角切りし、油(大きじ1)、酢(大きじ1)、砂糖(大きじ2)、塩(小さじ1)、を混ぜ野菜と和えます。ラッシーは牛乳(50ml)、プレーンヨーグルト(50ml)を混ぜ、角切りのバナナ(1/2本)レモン果汁、砂糖(大きじ1)を混ぜ合わせます。ティルチツキは卵(1/2)、薄力粉(20g)、砂糖(15g)炒めたごま(20g)を混ぜ合わせます。鉄板の上にクッキングシートを敷き、生地をのばします。180度に予熱したオーブンで10分焼きます。



インドと日本の違いについて学びました。インドでは、いただきますの挨拶はナマステと言って、指先を使って手で食べたり、バナナの葉をお皿の代わりにすることもあることを伝えると、驚いた表情の子がたくさんいました。世界の特徴・文化を知って楽しいですね。

【節分メニュー】

今年は124年ぶりの2月2日でしたね。当園では本年度も2月3日に行いました😊

- 鬼パンツオムライス
- 鬼退治サラダ
- 鶏のねぎ焼き
- 花魁のすまし汁
- PMおやつ
- 鬼さんプリン



鬼のパンツに見立てたオムライスを作りました♥
 ケチャップライス、卵焼きをそれぞれ作りました。パンツの形にカットした模様は海苔です。



プリンを作って、型に流し、冷やして固めました。角：アスパラガスというお菓子、頭：生クリーム(以上児)、顔：あんこを使用しました。

今年度は、「世界の料理」について学びました。東京でのオリンピック開催にちなみ、子どもたちに世界の料理を味わってほしいと思いこのテーマにしました。残念ながらオリンピックはコロナで延期になってしまいました。開催も未定ですね。でも、給食を通して、その国の食べ物・特徴を知り、普段とは違った給食を味わうことができたと思います。

どんな国？どんな食べ物があるかな？子どもたちに向けて国の特徴をまとめました。



味わった国に色塗りして、子どもたちにわかりやすいようにしました。

