

11月16日(木)

- ・牛乳
- ・麦ご飯
- ・しいらの南蛮漬け
- ・キャベツのごまじょうゆ
- ・えのきのすまし汁

<ひとくちメモ>

今日は、南蛮漬けについてのお話です。衣をつけて油で揚げた肉や魚に南蛮酢をかけて作る料理です。南蛮酢は、お酢やしょうゆ、砂糖を混ぜて作るので、酸味と甘みを感じられるさっぱりとした料理に仕上げられます♪

