

校長室 だより

# うんとこしょ どっこいしょ THE HEADMASTER'S REPORT

第28号

令和7年7月16日

渋谷区立 代々木 中学校長 駒崎 彰一

## ハワイ・ホノルル体験週間 レポート ③

校長室だより第24号 <https://shibuya.schoolweb.ne.jp/1320121/download/document/12742290?tm=20250710114607> に関する報告になります。



### ☆ ハワイアン・メニュー給食 3日目 マヒマヒフライ



### マヒマヒフライ

ハワイで「マヒマヒ (MAHI MAHI)」と呼ばれる魚は、日本では「シイラ」という名前で知られています。ハワイでは高級魚として扱われ、様々な料理で楽しまれています。

「マヒマヒ」はハワイ語で「強い、強い」という意味で、釣り上げる時の力強い引きから名付けられたそうです。

「シイラ」は、スズキ目シイラ科に属する魚で、世界中の暖かい海に生息しています。日本では主に九州や四国地方の沿岸や沖合で獲れます。体長 1.8m に達する大形の魚でカツオやマグロ類と同様に流木に付く習性があることから、カツオ船でよく漁獲されるそうです。



左写真はハワイで有名なプレートランチ店の「レインボー ドライブイン (Rainbow DRIVE-IN <https://rainbowdrivein.com/>)」の「マヒ プレート」です。

マヒマヒフライ 3 枚、ライス 2 スクープ、マカロニサラダかコールスローサラダのセットです。マヒマヒは衣がカラッと揚がっていて、外はサクサク、中はしっとり。下味が塩味でシンプルなので、一緒にサーブされるタルタルソースが良く合うそうです。