

校長室だより

うんとこしょ
どっこいしょ

第95号 令和5年2月28日
渋谷区立原宿外苑中学校長 駒崎 彰一

渋谷ワンダフル給食プロジェクト第25弾 報告
「エビパン」



解説動画 <https://youtu.be/jqDUY2v02Jk>

第25弾のワンダフル給食は、サクッとした食感の「エビパン」です。

この「エビパン」は、すり身にしたエビをパンのせて、からっと油で揚げた料理で、タイ発祥の料理です。

タイでは、「カノムパンナークン」と呼ばれます。この名前に使われている「クン」は、皆さんが知っている「トムヤムクン」と同じで、タイの言葉で「エビ」という意味です。

タイ料理というと、唐辛子などの「香辛料」やパクチーなどの「香草」をたっぷり使うイメージがありますが、今回はそれらを使わずみんなが食べやすい味つけに仕上げています。

一緒に「スイートチリソース」をかけると絶品になります！スイートチリソースは肉や魚、サラダにも使える万能ソースなので、はじめて食べるひとは、これをきっかけに！

本日はスイートチリソースを給食室でかけての提供でした。

学校法人服部学園 服部栄養専門学校 西洋料理教授 中村 哲イタリアンシェフ考案のメニューです。



日本ではあまり馴染みのない料理ですが、簡単に言うと「揚げ海老トースト」。

油で揚げているのでサクッと香ばしく、カロリーを気にしながらもつついっ手が伸びてしまう一品でした。