

校長室だより

うんとこしょ どっこいしょ

第106号 令和6年1月29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33弾 報告

「ふたバラのんにくバター炒め & トックのスープ」

豚肉に多く含まれるビタミン B1 は皮膚や粘膜の健康を担っています。

今回のワンダフル給食は、豚肉をニンニクとバターで味付した炒め物。

ごはんにはぴったりです！

また、トックのスープは韓国のスープで、「トック」がモチ全般を意味し、トックは「汁物のモチ」という意味があるそうです。韓国のお雑煮風スープといったところでしょうか。日本がお正月に食べるお餅とは、形が違い、スープに入れても溶けにくいのが特徴です。

服部栄養専門学校 中華料理 白木 悦樹 先生監修
のメニューです。



【動画】 <https://youtu.be/DZpRvsxloMY>

「にんにくバター炒め」いわゆる「ガーリックバター炒め」

「ガリバタ」というやつです。

聞いただけでおいしさが伝わってくるような魅惑の味付けです。

今回は白いごはんにも・・・

ごはんには合わないわけがない！

美味しくいただきました。

