

# 料理名 桐生市産野菜のやまびこみそ汁

桐生みどり地区



◇ 材 料	小学校中学年 1人分(g)
長ねぎ	10
たまねぎ	22
じゃがいも	22
キャベツ	22
豆腐	20
和風だし	0.2
だしパック	0.5
白みそ	4
やまびこみそ	5

## 作り方

- 1 長ねぎは小口切り、たまねぎは5ミリ幅スライス、キャベツは1センチ幅スライス、じゃがいもは一口大、豆腐はさいの目にカットする。
- 2 だしパックでだしをとり、そこにたまねぎ、じゃがいもを入れ、加熱する。
- 3 豆腐を加え、ある程度火が通ったらキャベツを加える。
- 4 豆腐の温度が上がったのを確認し、長ねぎを加え、最後に調味料を加える。

## ◎地場産物や料理の紹介

桐生市では給食の残渣から肥料を作り、その肥料を使って桐生市内の農家が、にんじん、たまねぎ、じゃがいもなどの野菜を育て、その野菜を学校給食で使用するという、循環型の取り組みを行っています。

この桐生市産野菜のやまびこみそ汁には、季節によって入る野菜は変わりますが、残渣を活用して育てた野菜の他、桐生市産の長ねぎやキャベツ等も入っています。また、みそには白みそその他、桐生市黒保根町にある「道の駅やまびこ」で作られた「やまびこみそ」というみそを使っています。

やまびこみそは、群馬県産の大豆を使って作られた米みそで、うま味が濃く、みそ汁の味をまろやかにしてくれます。



# 料理名 シチリア風スパゲッティー

桐生みどり地区



◇ 材 料	小学校中学年 1人分(g)
ハーフスパゲッティー	30
ゆで塩	0.48
豚ひき肉	20
千切りショルダーベーコン	3.5
なす	40
たまねぎ	38
にんじん	10
ピーマン	4.5
トマトケチャップ	26
ダイストマト缶	3.36
赤ワイン	1.6
おろしにんにく	0.28
パルメザンチーズ	1
ナツメグ	0.02
中濃ソース	1
輪切り唐辛子	0.01
油	1

## 作り方

- 1 なすは1センチ半月スライス、たまねぎは5ミリスライス、にんじんは千切り、ピーマンは半割3ミリスライスに切る。ピーマンは、臭みを消すために湯かけをしておく。
- 2 熱した鍋に油をひき、おろしにんにく、豚ひき肉、赤ワイン、ナツメグを入れて肉の色が変わるまで炒める。
- 3 さらにベーコンを炒める。
- 4 次に、たまねぎ、にんじん、なすを入れよく炒め、トマト缶、唐辛子を入れて炒める。
- 5 ケチャップ、中濃ソース、パルメザンチーズを加え、湯かけしたピーマンを入れて火を通す。
- 6 アルデンテに茹であげたスパゲッティと、5の具と混ぜて、仕上げる。

## ◎地場産物や料理の紹介

シチリア風スパゲッティーは、みどり市の地場産物である「なす」「トマト」などの夏野菜を使用した献立です。なすやトマトを使用しているため、給食に登場するのは野菜の旬である6月～9月位までの期間限定メニューになっています。子どもたちは毎年「シチリア風スパゲッティー」が登場すると夏が始まるのだと感じてくれているようです。

みどり市の子どもたちにとって、シチリア風スパゲッティーは夏の恒例メニューになっています。ケチャップ味で、子どもが食べやすい味付けになっており、なすが苦手な子どもでも、シチリア風スパゲッティーだとよく食べてくれます。

# 料理名 チキンのトマト煮

桐生みどり地区



◇ 材 料	小学校中学年 1人分(g)
鶏もも肉皮なし2センチ角	55
たまねぎ	45
しめじ	15
パセリ	0.2
おろしにんにく	0.2
コンソメ	0.6
ダイストマト缶	45
ウスターソース	35
砂糖	0.7
トマトケチャップ	4.8
塩	0.07
こしょう	0.04
赤ワイン	2
粉末ローリエ	0.03
油	1

## 作り方

- 1 たまねぎは5ミリスライス、パセリは粗みじんに切る。
- 2 熱した鍋に油をひき、おろしにんにく、鶏肉、赤ワインを入れて炒める。
- 3 鶏肉の色が変わったら、たまねぎを加え良く炒め、しめじ、トマト缶、ローリエを入れてさらに炒める。
- 4 トマトケチャップ、中濃ソース、コンソメ、砂糖、塩、こしょうを加え、煮込む。
- 5 最後にパセリを加えて仕上げる。

## ◎地場産物や料理の紹介

チキンのトマト煮は、みどり市の地場産物である「トマト」を使用した献立です。年間を通して給食で登場しますが、夏にはフレッシュのトマトを加えて作っています。トマトにとろみがつくまで、じっくり時間をかけて、大きな釜でよく煮込みます。

子どもたちにも人気のメニューで、お肉が柔らかくておいしいと評判の一品です。

