

料理名 じゃがいもと白いんげん豆のスープ

県立特支



◇ 材 料	小学部中学年 1人分(g)
じゃがいも	30
たまねぎ	40
にんじん	8
白いんげん豆 (ゆで)	16
さやえんどう	4
鶏むね肉	16
コンソメ	0.6
鶏がらスープの素	0.6
塩	0.2
こしょう	0.01

作り方

- 1 じゃがいもは厚めのいちょう切り、にんじんはいちょう切り、たまねぎはスライス、さやえんどうは1/3にカットする。
- 2 鍋に水を入れて火を付ける。沸騰したら、たまねぎとにんじん、鶏肉を入れ煮る。
- 3 にんじんに火が通ったら、じゃがいもを加え軟らかくなるまで煮る。
- 4 じゃがいもに火が通ったら、白いんげん豆とさやえんどうを加えて煮る。
- 5 最後に、調味料を加えて味をととのえる。

◎地場産物や料理の紹介

あさひ特別支援学校では、高等部の作業学習で「じゃがいも」を栽培しています。育てたじゃがいもは、作業学習の一環として生徒が給食室に納品をしてくれます。

今回は、あさひ特別支援学校で栽培したじゃがいもがたくさん入っている「白いんげん豆のスープ」にしました。じゃがいもの品種は、「きたあかり」で、今年は立派なじゃがいもができました。

毎年7月の給食には、学校で栽培されたじゃがいもを使用したメニューがでています。





◇ 材 料	小学部中学年 1人分(g)
キャベツ	35
ねこのめいんげんのさや	10
しょうゆ	2.3
砂糖	1.2
すりごま(白)	0.7

作り方

- 1 キャベツはざく切り、ねこのめいんげんのさやは斜め5ミリ幅程度に切る。
- 2 1を、それぞれゆでて、冷ます。
- 3 2を調味する。

◎地場産物や料理の紹介

「ねこのめいんげん」は桐生市・みどり市の伝統野菜です。

桐生市黒保根地域の農家の方から無償で豆を提供していただき、生徒が栽培しました。

「豆の芽が出る部分が猫の目に似ているから」といわれています。

(豆を販売している道の駅くろほねの職員の方より)。

今回、給食では、豆になる前のさやを使ったごまあえを提供しました。



※学校の畑のねこのめいんげんのさやの様子