

1月28日（金）

今日は、中華料理です。

献立は、「チャーハン、牛乳、シュウマイ、チンゲンサイのスープ」です。

チャーハンは、ごはんとチャーハンの具をよく混ぜて食べてくださいね。

中華料理は、私たちも大変馴染み深い料理ですね。麻婆豆腐、八宝菜、ホイコウロウ、

チンジャオロースーと、今までも様々な料理が給食に登場しました。

中華料理は、強い火力で油を多く使って作る料理が多いのが特徴です。今日のチャーハンもその代表的なもののひとつですね。

チャーハンはインドの「プラーカ」という料理がシルクロードを通して唐の時代に伝わってきました。チャーハンは様々な形で各国の料理に影響を与え、日本には遣唐使の手によって伝えられたといわれています。その後、日本ではチャーハンではなく、「焼き飯」として発展していきました。また、「プラーカ」が中国に伝わった頃、トルコでは「ピラウ」となり、その後フランスに伝わり「ピラフ」となって発展しました。

このように、チャーハンに似た、「焼き飯」「ピラフ」はもとをたどると同じ料理にいき着くのですね。そして、その国々にあった料理へと発展をとげました。

中国では、国土が広いのでチャーハンも地域ごとに食材や調理法が違い特徴があるんですよ。

今日は、スプーンが一緒についていますね。中国ではスプーンに似た、「レンゲ」というものを使って食事をします。ラーメンをお店で食べるときについてきますよね。中国では、ラーメンのレンゲより浅めのチャーハン用のレンゲがあるそうですよ。

今回、給食週間では様々な国のごはん料理が登場しました。この他にも、世界には色々な料理があるので、調べてみるのもいいですね。

今日もたくさんの人に感謝して、おいしく楽しくいただきましょう。