

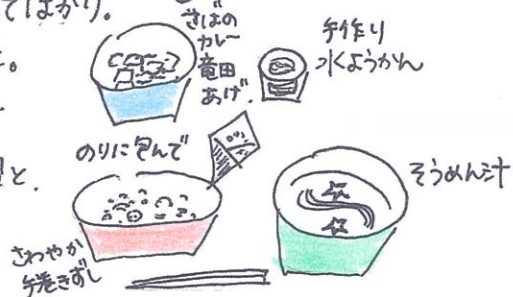
給食だより

志木市立
宗岡中学校
令和五年度7月号



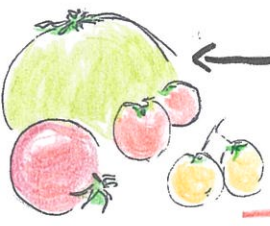
七月七日の夜、星を祭る年中行事。
はた糸が上手な「おり姫」と、働き者の牛飼いの「ひこ星」は神様の引き合わせで結婚し、仲良く過ごしていました。しかし、仕事のあまり仕事をせざるに達んでばかり。怒った神様は天の川の両端に引き離してしまいました。悲しむ二人を見かねて、神様は7月7日、年に1度だけ会える日としました。奈良時代、中国から伝わった風習と、日本の風習が合わさって、今の様なお祭りとなったのは、江戸時代と言われています。

七夕 (七)



半夏生

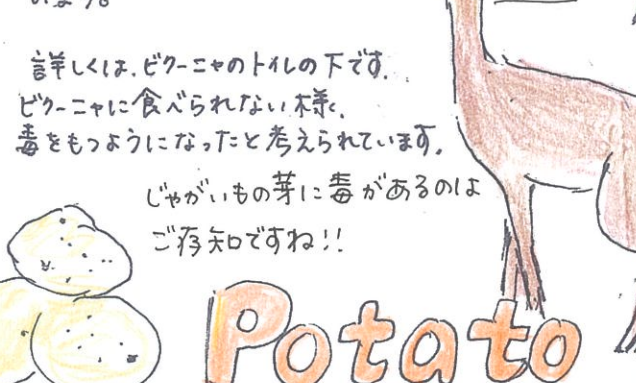
七月二日 (日)
あまり聞き慣れない行事ですね。半夏生は、夏至 (今年6月21日) から数えて11日目。農家さんがこの日までに田植えを終わらせる目安にしている日です。雨が余る季節。体調を崩しがちです。田植えの疲れをいやし、夏にそなえるという意味合いもあるようです。その日に合わせて食べるものも地域によって様々です。



Tomato

トマトの原種は南米のアンデス山脈で見つかっています。ほとんど雨が降らない場所です。トマトの葉や茎には、細かいうぶ毛が生えています。水の少ない環境でも、生き残るために、このうぶ毛から空気中の水分を吸収する様になったと考えられています。

実はじゃがいもの原種は、アンデス山脈で見つかっています。詳しくは、ビクニヤのトリスの下です。ビクニヤに食べられない木薯、毒をもつようになったと考えられています。じゃがいもの芽に毒があるのはご存知ですかね!!



Potato

世界の味旅



今回は... スパイン!!
アヒージョ



アヒージョは、「バケットや、チロスと一緒に食べる」がスペイン流です!



〇 材料 (給食の2人分) 〇

- にんにく ... ひとかけ (スライスでもOK!)
- オリーブオイル ... 6g (もう少し増やしてもOK!)
- 唐辛子 ... 少々
- 鶏肉 ... 90g (-口大)
- 塩 ... 0.6g
- こしょう ... 少々
- 白ワイン ... 小1/2
- マッシュルーム ... 1個
- ズッキーニ ... 20g
- 塩 ... 少々
- こしょう ... 少々
- むきエビ ... 30g (軽くゆでる)
- ミニトマト ... 40g (ハタき切る)
- じゃがいも ... 60g (蒸しておく)
- パセリ ... 少々 (みじん切)

〇 作り方 〇

- 金網にすりおろしたにんにく、オリーブオイル、唐辛子を入れて弱火で香りが出るまで加熱。唐辛子はとり出します。
- 鶏肉をいため、ズッキーニ、じゃがいも、ミニトマト、パセリをちぎって、塩、こしょうをして、ならべます。
- 耐熱皿に②と、じゃがいも、ミニトマト、パセリをちぎって、塩、こしょうをして、ならべます。
- バケットと一緒にオーブントースターで10分焼きます。

種の起源

野菜の原種

どうもこしの長い「ひげ」の正体。それはめいばです。なげ花から落ちた花粉をキャッチしやすくするため、めいばのひげは長くなると考えられています。

Corn

お知らせ

7月14日

ひまわり学級の生徒が、どうもこしの皮むきを行います。むきたのどうもこしを皆で給食いただきます!

