

学校給食センターだより



令和2年4月

「学校で美味しい いたご野菜を食べたい事業」を行っています

学校給食法では、「地域の産物を学校給食に活用することその他の創意工夫を地域の実情に応じて行い、当該地域の食文化、食に係る産業又は自然環境の恵沢」を子供たちに理解を深めさせる旨が規定されています。そのため市では、平成 29 年度から本事業を開始し、学校給食をとおして、食文化や農業への理解、生産者への感謝の心の育成などの、食育を推進しています。

《内容》

- ① 真中イタリアンシェフ監修の、潮来産野菜を使用した給食の提供
- ② 監修給食提供日に、シェフによる市内小中学校での食育講座

今年度も、監修メニューの提供と、市内小学校での食育講座の実施を予定しています。

○真中秀幸シェフのご紹介○



1967 年生まれ 潮来市出身。
リストランテ ダ フィオーレ オーナーシェフ。
現在、表参道に2店舗のイタリアンレストランを運営。
イタリア料理の技術、表現に加え日本の食文化、
伝統美を取り入れた独自の料理はご自身のレストラン
のみならず、茶会や祝事等にも供され賞賛されて
います。
小・中・高校等で食育授業や地元茨城県をはじめとする
日本の食と文化活性化企画を展開しています。

～ いままでの監修メニューについて ～

事業開始から、現在までで7回の監修メニューを給食で提供をしてきました。7回とも、イタリアンシェフならではの視点のメニューです。シェフは、地元野菜の本来の味や食感を活かした切り方や味付け、子供たちが目で見ても楽しめる色彩の使い方など、アイディアに富んだメニューを考えてくださいました。その中から、前回提供した監修メニューについて、ご紹介します。

2月6日（水）



- ・ 潮来産小松菜、米粉のパン
- ・ 牛乳
- ・ 鶏肉のフリット、潮来産トマトとカブの煮込みソース
- ・ 潮来産レンコンとサツマイモのチーズ風味サラダ
- ・ 甘味たっぷりの潮来産キャベツのスープ

毎回、シェフが子供たちへ向けてメニューをとおして伝えたいことをコラムに書いてくださっています。

～シェフからのコラム～

□潮来産小松菜と米粉のパン

野菜と米粉のパン。給食で初めてチャレンジしたメニューです。米粉のパンはパサパサになりやすくとても難しい。今までの米粉のパンに改良を加えてしっとりした食感に仕上げて頂きました。パン屋さんの努力に感謝します。何度も、、、チャレンジしていただいてありがとうございました！色々な野菜が入った米粉パンは潮来給食自慢の一品になるかもしれません！小松菜の緑、ビーツの赤、ニンジンオレンジ、給食がもっと楽しくなります！

□潮来産レンコンとサツマイモのチーズ風味サラダ

根菜類をチーズで仕上げたサラダです。レンコンは通常スーパーで見かけるサイズより小さい「芽ハス」と呼ばれるものです。皮をむかずそのまま調理できます。柔らかくサラダにはこちらのほうが向いています。もう何度も給食で取り入れてきた潮来のサツマイモ。サツマイモという野菜は何にでもよく合います。鹿行地区では干し芋や焼き芋で多く食べられていますので料理に使うことが意外に少ない気がします。スープ、煮物、揚げ物、サラダ、サツマイモご飯、イタリアンではパスタやリゾットでも美味しく食べることができます。私たちの暮らすこの地域の名産です。もっとたくさんの料理を知って欲しいと思います。

□鶏肉のフリット、潮来産トマトとカブの煮込みソース

給食人気の一つ、「鶏のから揚げ。」大好きな食事を待つ時間ってとてもワクワクしますね。小さい頃はボクも心が躍るようでした。毎日身近にある事ですが幸せのキーワードの一つはここにあるのかもしれません。大好きなから揚げに潮来野菜を組み合わせたメニューです。トマトは収穫してトマトピューレにして保存しておいたもの。イタリアでは代表的な保存食です。トマトと日本の出汁は同じ旨味成分があるんだそうです。日本人がトマト好きなのはそのせいかな。から揚げもトマトとカブで一味変わった味わいです。

□甘味たっぷりの潮来産キャベツのスープ、ユズ風味

この季節とても頼りになる野菜です。「キャベツ!」。甘いスープがたくさん出ます。このキャベツをたっぷり使ったシンプルなスープです。野菜の甘味は寒さから身を守るため野菜が自分で蓄えていたもの。それを頂くのです。雪の下でじっと寒さから身を守るため、凍らないように糖度を高める「雪の下にんじん」冷たい風から身を守るハウレンソウ「寒ベハウレンソウ」、収穫された野菜はまだ生きています。そんな野菜の事も思い出してください。

今回のパンに加えた小松菜は蒸して乾燥粉末にしたものです。「野菜ロス減らす。」ここに役立つレシピです。通常のサイズに満たないもの、大きすぎるもの、形が悪いものなどB品として販売されたり、多い時には処分もされます。このB品を粉末にして無駄なく食べる。またジャガイモや、サツマイモ、レンコンなど根菜類、キャベツやニンジンなども貯蔵ができますがハウレンソウなどの葉物は貯蔵できません。大きく育ってしまった野菜も売れなければ処分されてしまうこともあります。そんな農産物事情に役立つのです。またビタミンなどは加熱することで失われてしまいますが食物繊維などは取ることができます。野菜の色がついたパンは見た目も華やかで食事が楽しくなりますね。「野菜の色を楽しむ」そんな豊かな潮来給食。

食品ロスにも役立つ「色とりどりの野菜と米粉のパン」、潮来給食の自慢となりますように!

眞中秀幸

○今回登場した潮来市産食材○

- ・小松菜
- ・米粉（潮来市ブランドこしひかり あやめちゃん）
- ・トマト
- ・カブ
- ・れんこん（芽ハス）
- ・さつまいも
- ・きゃべつ

給食センター 裏話し ☆彡

毎回、シェフのイメージに近づけるように、試作などの試行錯誤をしながら当日まで準備をしています。今回は、キャベツの旨みが出るように、スープの煮込み時間を長くしたり、茹でた芽ハスのシャキシャキ感が残るように工夫しました。

今回の、芽ハスのサラダは、皮ごと使うことで食品ロスにならないのはもちろん、栄養もまるごと摂れるのでとてもよいアイデアで参考になりました。

飲食店などは前日から仕込みをしますが、実は、給食はその日の朝から作業をスタートしなければならないことがマニュアルで決められています。今回は特別メニューということで調理員さんたちも1時間以上も早く来て調理をしてくださいました。。。約2300人分の給食を作っているの、普段は機械を使いながら野菜を切っているのですが、切り方も普段と変えて眞中シェフに近づけよう!ということで包丁で手切りを頑張ってくれました。協力してくれた調理員さんたちにとっても感謝です。。。。



今年度も、たくさんの潮来市産食材を使用しながら、子供たちの学びになるように本事業を進めてまいります。ご家庭でも、子供たちと道の駅やスーパーへお出かけの際に、地元の食材を見つけてみてください。

発行元：潮来市立学校給食センター
潮来市潮来6032-2
TEL 0299-63-0221