



平成28年 10月

本の中に出てくる食べ物が、10/19(水)の給食に登場します。

10/19の献立

チャーハン、広東風スープ、春雨サラダ、牛乳

紹介した本は
学校図書館で展示中。
借りられます！



チャーハン



『新・四字熟語』

又吉直樹 文、田中象雨 字/幻冬舎

あなたが新しい四字熟語を作るとしたら、どのような四字熟語を作りますか？

現代社会を見回すと、こんな四字熟語があっても良いのではないか、という考えから、芥川賞受賞した著者の又吉さんが新しい四字熟語を考え、書家の田中さんがその四字熟語の意味を变幻自在の文字で表現しています。

この本の中に「^{すずむしチャーハン}鈴虫炒飯」という新・四字熟語が登場します。これは「嘯むと鈴虫の鳴き声のように美しい音が響く炒飯」を指し、人を魅了するチャーハンのようなのです。

美味しいチャーハンには、香りに誘われ、ゆっくり味わって食べたい料理のひとつ。うまみがぎゅっと詰まっているチャーハンをよく表している新・四字熟語ですね。

この他にも、ラーメンや餃子、カレーなども題材になっているので、食欲の秋に読んでみてはいかがでしょうか？

米



チャーハンといえば米を使った料理ですが、その米はアジアで広く栽培され、各国で様々な食べ方をされています。

台湾のちまき、ベトナムのフォー、インドネシアのナシゴレン、日本のおかゆ、タイのもち米スイーツ…。各地の土地や気候に合わせた食文化が発展しています。また、種類もたくさんあります。赤米、黒米、紫黒米という色が付いている米もあり、野生の稲が赤っぽかったことから、その遺伝子が引き継がれている米なのだとか。身近な米には、歴史や文化が詰まっているのですね！

参考資料：『知ろう 食べよう 世界の米』佐藤洋一郎/岩波書店

チャーハンの隠し技

1年生の国語の教科書でも紹介されている作家、椎名誠さんが『おながすいたハラペコだ』(新日本出版社)の中でチャーハンを作るときの隠し技を教えてください。

最初にタマゴを2個分ほどスクランブルエッグにしておくこと。こうすることでご飯がタマゴに上手くからまり、べたつかなくなるそうです。みなさんもチャーハンを作る際は、ぜひ試してみてください！

