



新宿区立柏木小学校
令和3年2月号

この時期になると、「1月は行く」、「2月は逃げる」、「3月は去る」という言葉を耳にします。1～3月は、年度末に向けて1年間のまとめを行うために、月日が足早に過ぎてしまうことを例えた言葉です。3学期は進級・進学に向けて、1年間のまとめをする時期です。修了式・卒業式までの1日1日を大切にしたいですね。

わぎゅう きゅうしよく

和牛給食

「和牛肉の学校給食提供および食育事業」の一環として、黒毛和種の牛肉を3回無償でいただきました。給食終了後には「お肉が甘かった」、「また食べたい」などの感想がありました。3回とも全学級、きれいに完食。子どもたちは大満足の様子でした。

1月22日
和牛牛丼



2月10日
和牛ステーキ-リックライス



2月19日
和牛牛鍋風煮こみ



高学年にはなぜ和牛が輸入牛肉と比べて高いのか、なぜ無償提供していただいたかを動画を作成し、説明しました。和牛は日本固有の品種で畜産農家の努力もあり、やわらかく、とてもおいしい肉質となっています。和牛は世界にも認められており、年々輸出量は増加しています。また、令和元年度に外国人観光客に対して国が行った調査では、日本で食べて最も満足した食事は「肉料理」と答えた人が1番多かったという結果となりました。

「和牛肉の学校給食提供および食育事業」を通して、ただ食べて終わりではなく、世界に自慢できる「和牛」の味を知った上で、「和牛」の価値について考えてくれるとうれしいです。

ほんかく きゅうしよく

本格ネパールカレー給食

1月29日の給食ではネパール料理シェフ・ダカルさんが柏木小学校に来校し、本格ネパールカレー「バターチキンカレー」を作ってくださいました。コクがある甘い味つけで子どもたちからも大人気でした。また、ダカルシェフの出身地ネパールについて動画で紹介しました。



ダカルシェフからお家でも作れる「バターチキンカレー」のレシピを特別に教えてくださいました。ぜひ作ってみてください。

★バターチキンカレーレシピ★

●材料● (4人分)

- とりにく 200g
- たまねぎ 120g
- トマトピューレ 160g
- にんにく 1かけら
- しょうが 10g
- いため油 少々
- 牛乳 150ml
- 生クリーム 100ml
- バター 20g
- トマトケチャップ 40g(大さじ2 小さじ2)
- さとう 18g(大さじ2)
- 塩 3g(小さじ半分)
- garam masala 小さじ 1/2
- ターメリック 小さじ 1/2
- クミンパウダー 小さじ 1

※甘みを足したい場合はさとうかはちみつを増やす。

●作り方●

- ①にんにく、しょうが、たまねぎをみじん切りにする。
- ②油をひき、にんにく、しょうがをいためる。別にとりにくを焼く。
- ③香りがたってきたら、たまねぎをいためる。しんなりするまで弱火でいためる。
- ④たまねぎがしんなりしたら、ターメリック、バターをいれる。
- ⑤その後、牛乳をいれて煮こむ。
- ⑥3分煮こんだら、生クリームとガラムマサラ、クミンパウダー、塩、さとうをいれる。焼いたとりにくをいれる。
- ⑦5分煮こんだら、裏ごししたトマトピューレとケチャップを入れて、煮じっくり弱火で煮こみ、水分を飛ばす。
- ⑧とろみがついたら完成!