



R6.10月

みなまたしがっこうきゅうしよく
水俣市学校給食センター

ぶんせき もとひ ひらいし
文責 本井・平石



10月3日(木)

ふかがわ
深川
もりやま
森山さん

ほ どうじょう 「干したけのこ」が登場しました。

「干したけのこ」は、九州地方で親しまれている食材です。特に熊本県は昔から里山や家の周囲に竹林が多く、春にたくさんとれるたけのこを干して保存食にしてみました。たけのこは鮮度の良いうちに切り、茹でてから天日干しにして乾燥させます。



みず
水につけて
もと
戻します。



ほ ～干したけのこのきんぴら～

あら
きれいに洗います。



かま
釜で1時間ぐらい
やわ
軟らかくなるまで
に
煮ます。



カットして……



ほか
他の具材と炒めて
きんぴら
つく
金平を作ります。



できあがり!!

