

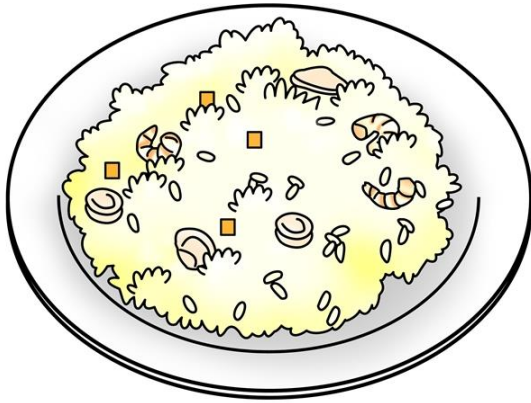


へいせい ねん がつ にち きん
平成30年10月12日 (金)

きょうのこんだて

- かれーぴらふ
・ カレーピラフ
- むぎい さふらんらいす
(麦入りサフランライス)
- まかろにすーぷ
・ マカロニスープ
- ぎゅうにゅう
・ 牛乳

かれーぴらふは、ごはん
にカレーピラフの具を混
ぜ合わせてください。



ちょうみりょう こうしんりょう はたら 調味料や香辛料の働き

ちょうみりょう こうしんりょう しょくざい あじ かお いろ つ
調味料や香辛料は、食材に味や香り、色を付け、
わたしたちの食生活を豊かにしてくれる大切な脇
役です。世界各地からさまざまな食品が輸入され
てくる現在は、手に入る外国の調味料や香辛料
の種類も多くなり、広く使われる
ようになりました。 ✓



かくしゅ ちょうみりょう つか しょくざい ふうみ
各種の調味料をじょうずに使いこなすことで、食材の風味
などの特徴を生かしつつ、いろいろな味を楽しむことができる
ようになりました。例えば、今日使用しているカレー粉は、多く
の香辛料を混ぜ合わせた混合調味料で、色・辛み・香りを主
体にした約30種類もの香辛料を合わせて作られています。カレ
ー粉にどんな香辛料が使われているか調べてみましょう。さら
に、自分好みのカレー粉を作ってみるのもいいですね。

