

加賀市

1. 作り方(簡潔にまとめて記入する)

※コンクール当日に調理する献立については、すべて作り方を記入すること。

〈橋立産いか入り加賀五彩ピラフ〉

- ①バターライスを炊く。
- ②いかは短冊切りにして茹で、酒をふっておく。
- ③ベーコンは短冊切り、たまねぎとにんじんは粗みじん切りにする。小松菜は1cm幅に切り、茹でて水冷する。
- ④油を熱し、材料を炒め、いか、小松菜を加えて調味する。
- ⑤バターライスに④の具を混ぜる。

〈パリッと！柴山産トマトのチキンカチャトーラ 加賀市産ブロッコリーを添えて〉

- ①鶏もも肉に酒・塩・こしょうで下味をつけ、フライパンにマヨネーズを溶かして皮目から焼く。
- ②にんにくはみじん切り、エリンギは短冊切り、トマトは湯むきして種をとり、角切りにする。
- ③ブロッコリーは小房に分け、茹でて水冷する。
- ④フライパンにオリーブ油を熱し、にんにくを炒め、エリンギ、トマトを炒めて調味する。
- ⑤①の鶏肉に④をからめ、ブロッコリーを添える。

〈潮風香る橋立産わかめと卵のスープ〉

- ①生わかめはよく洗って2cm幅に切る。豆腐はさいの目切り、えのきたけは軸をとって1/2カット、ねぎは小口切りにする。
- ②鍋に湯を沸かし、えのきたけ、豆腐、ねぎを加え、調味する。
- ③水溶きでんぷんでとろみをつけ、溶き卵を流し入れ、生わかめを入れて加熱する。

〈ココア大豆〉

- ①大豆は水につけて戻しておく。
- ②大豆の水を切り、でんぷんをまぶして油で揚げる。
- ③鍋に上白糖と水を入れて加熱し、上白糖が溶けたら②の大豆をからめる。
- ④③にココアパウダーをまぶす。

2. 特色と献立作成の意図(使用した食材の特色や献立作成上工夫した点)

〈橋立産いか入り加賀五彩ピラフ〉

九谷焼＝能美市という印象が強いのですが、九谷焼の生産が始まったのは加賀市旧九谷村と言われています。古九谷と呼ばれる作風の特徴である五彩をイメージし、子どもたちにも人気のあるピラフにしました。具材には、橋立港で水揚げされたあかいかを使用しました。

〈パリッと！柴山産トマトのチキンカチャトーラ 加賀市産ブロッコリーを添えて〉

加賀市柴山産のトマトは給食にも取り入れており、加熱調理用としてはもちろん、生で一人一切れの提供もしています。ブロッコリーは県内最大の生産量を誇り、年2回の旬の時期には給食にも登場するため、加賀市の子どもたちにもおなじみの地場産物です。加賀市の給食には、マヨネーズを加熱調理に使用する献立があります。この献立も鶏肉を香ばしく焼き、風味が生きるようにマヨネーズを使用しました。

〈潮風香る橋立産わかめと卵のスープ〉

今年の4月から5月に、橋立沖で収穫された生わかめを使用しました。地元漁師さんの協力で、6月に生わかめを給食で提供しています。特有の香りと食感を味わえるスープにしました。

〈ココア大豆〉

加賀市産大豆は乾燥状態で納品され、給食で使用しています。煮豆や揚げからめ、サラダなどに使用していますが、子どもたちが食べられる豆料理が増えればという思いから、デザートに大豆を取り入れました。