

***** もぐもぐつうしん *****

★★★ 本日のみやぎのおいしい食材 ★★★

- ごはん（環境保全米ひとめぼれ） ○牛乳
- ガパオライスに使っている「バジル」「たまねぎ」「鶏肉」「パプリカ」
- ヤムウンセンに使っている「きゅうり」
- トムヤムクンに使っている「たまねぎ」「チンゲンサイ」

★「バジル」と「たまねぎ」は高等学園園芸班のみなさんが育てたものです。

タイの料理

タイの料理は、主食は米。インディカ米の一種であるタイ米が食べられています。タイの基本的な食事では、白米にトムヤムスープ、野菜炒めなどのおかずが添えられています。タイでは、ひとつの料理に辛い味・すっぱい味・甘い味などが混ぜり合っている状態がおいしいとされています。

ガパオライス

正式には「パツ・ガパオ」といい、「Phat (炒める)」と「kaphrao (タイのバジルの名前)」を組み合わせたことばで、「バジルで炒めたもの」という意味です。

園芸班のバジル

「ガパオ」のバジルは、「ホーリーバジル」というタイで栽培されているバジルの仲間、クセのないさわやかな香りが人気のハーブですが、日本ではなかなか手に入らないので、イタリア料理に使われる「スイートバジル」を使うのが一般的です。今日の給食では、高等学園園芸班のみなさんが育てた生の「スイートバジル」を使用しました。



バジル以外にも、たまねぎ、鶏肉、パプリカも、調味料以外は全部宮城県産の食材で作りました。

ヤムウンセン

「ヤム」は「和える・混ぜる」、「ウンセン」は「はるさめ」という意味で、タイ風のはるさめサラダです。レモン果汁を使って酸味をつけています。

トムヤムクン

世界三大スープのひとつと言われており、すっぱくて、ちょっと辛いスープです。

「トム」は「煮る」、「ヤム」は「和える・混ぜる」、「クン」は「えび」という意味です。鶏肉を使うと「トムヤムガイ」、豚肉を使うと「トムヤムムー」、いかを使うと「トムヤムプラームック」と、名前が変わるそうです。