

2016/05/19

今日の給食 | by 校長

献立：牛乳、ごはん、けんちん汁、がんもどきの含め煮、さやいんげんのごまあえ



がんもどきの含め煮



さやいんげんのごまあえ

がんもどきは、水気をしぼった豆腐にすったヤマイモ、ニンジン、ゴボウ、シイタケ、コンブ、ギンナンなどを混ぜ合わせ丸く成形し油で揚げたものです。

元々、精進料理で肉の代用品として作られたもので、名前の由来はいくつかあります。もっとも知られているのは雁(がん)の肉に味を似せたとされることから「がんもどき」だという説や中に入れるきくらげの代わりに安物の昆布を使い丸めた形の表面に糸昆布が現れその様子が雁が飛んでいるように見えたからという説などがあります。

がんもどきを飛竜頭(ひりゅうず、ひりうず、ひろうず、ひりょうず)と呼ぶところもあります。出汁がしみてとってもおいしかったですよ。