

2016/05/25

今日の給食 | by 校長

献立：牛乳、ごはん、はるさめスープ、かつおの新玉ソース、もやしのあえもの



かつおの新玉ソース



もやしのあえもの

鰹(カツオ)はスズキ目・サバ科に属する魚で外洋性の大型肉食魚です。

大きいものは全長1m・体重18Kgに達するものもありますが、漁獲が多いのは全長50cmほどのものです。

日本の太平洋岸に生息するカツオは春から夏にかけて北上し、秋に親潮の勢力が弱くなると南下します。

北上する時期に獲れるカツオを「**初カツオ**」といいます。このころは脂がのっていないためさっぱりとしています。

南下する秋に獲れるカツオを「**戻りカツオ**」いい、このころは脂が乗っておりおいしくなります。



かつお



かつおの一本釣り

かつおはお刺身やたたき、ツナ缶、なまり節など様々な料理に使われています。

かつおにはタンパク質やビタミンが豊富に含まれていますが、うまみ成分のイノシン酸などが多いことから和食では出汁としても利用されいます。



鰹のお刺身



鰹のたたき



鰹なまり節



鰹節