きゅうしょくしつからのおしらせ

きょうのもりつけ

令和7年
2月25日(火)

牛乳

お肉料理などにも使われるヴィナグレッチソースで和えたサラダです。

ちょっとメモ

今日は“ブラジル料理”です。ブラジルは日本と同じようにお米を主食にしていますが、白いごはんのままではなく、ピラフのようにしてよく食べられています。料理では、豆を使った煮込み料理や塩漬けにした肉を使った料理などがあります。今日は豆と肉を煮込んで作る“フェイジョアーダ”という煮込み料理です。ブラジルでは黒豆を使って作りますが、日本の黒豆とは違うので、今日はブラジル黒豆に少し近い**金時豆**で作りました。**金時豆**は、**いんげん豆の仲間**で、金時豆は粒の形が良く、**煮豆**にするとおいしいと言われています。ブラジル風ごはんに添えて混ぜながらしっかりと食べましょう。