

9月3日(木)給食通信



- ・高野豆腐のマーボー丼
- ・キャベツの香いづけ
- ・白玉入りフルーツポンチ
- ・牛乳

高野豆腐は、寒い季節に豆腐を冷たい風にさらして凍らせ、凍った豆腐を昼間、太陽にあてて干し、水分をぬいて乾燥させた食べ物です。もとは「高野山」という山で作られていたので、この名前になったそうです。他にも「凍り豆腐」や「しみ豆腐」という別名もあります。高野豆腐は、水分を抜いているので長持ちします。昔の人が食べ物を保存するために工夫して生まれた、大豆の加工品です。今日は、その高野豆腐を使って麻婆豆腐を作りました。