

9月14日(月)給食通信



- ・キャロットライス
- ・チキンフリカッセ
- ・小松菜とハムのサラダ
- ・アップルゼリー ・牛乳

「フリカッセ」は、トゥール市があるフランスの家庭料理の一つです。「フリカッセ」とは、牛乳や生クリームなどの乳製品を使って煮込んだ料理です。フリカッセの語源は、フランス語の「frire」(炒める)と「casser」(細かく切る)が組み合わさったものとされています。シチューとよく似ていますが、シチューはどちらかといえばスープを味わう料理で、フリカッセは肉を焼いてから煮込むことで旨味を中に閉じ込め、肉の味をよりおいしく味わえる料理となっています。キャロットライスと一緒に食べてみてください。