今日の給食

令和元年９月６日(金)

★ なすのキーマカレー(パセリライス)
★ 牛乳
★ パリパリサラダ

赤ピーマン、なすは油で揚げてから、カレールウに加えます。(なすは揚げるまで、水の中であくぬきします)

炊きあがったごはんに、バターとパセリを混ぜます。

水分が少なめなので、混ぜる時は力が入ります。

今日のひとこと

「キーマ」はヒンディー語でひき肉を意味します。みじん切りにした野菜とひき肉を炒めて作る、汁気の少ないカレーが「キーマカレー」です。ひき肉と玉ねぎをにんにく、生姜と炒め、カレールウを加えて仕上げました。ごはんもパセリの入ったバターライスです。香りも楽しんでほしい料理です。