

きゅうしょくセンターから こんにちは

～給食レシピの紹介～

★ジュリエーヌスープ★



世界の食卓から…
～フランスの家庭料理～

「ジュリエーヌ」とは、フランス語で『千切り』という意味です。
名前の通り、千切りにされた野菜がたっぷり
と入るこの料理は、野菜のうまみがギュッと
つまっています。時間のないときも簡単に作
ることができます。千切りの練習にも、ぴっ
たりなスープです。



材料	4人分 (g)	目安量	切り方
セロリー	8		千切り
玉ねぎ	120	1/2個	千切り
にんじん	60	1/2本	千切り
レタス	80	1/4個	千切り
バター	2	小さじ1/2	
塩	3.2	小さじ1/2	
こしょう	0.04	少々	
濃口しょうゆ	4	小さじ1	
コンソメ	4	小さじ1	
水	700	3.5カップ	

〈作り方〉

- ① 深めの鍋にバターを入れて、セロリーを炒める。
- ② 次に玉ねぎ・にんじんを炒めて、水を入れて、野菜に火を通す。
- ③ レタスを入れて、調味料で味を調べて完成！

フランス料理 ～食材の切り方～

今回紹介した「ジュリエーヌスープ」は、食材の切り方がそのまま料理名となっています。日本ではなかなか目にしない名前のつけ方なので、驚いた人もいるかもしれません。他にも「パイザンヌスープ」の「パイザンヌ」は『田舎風』の意味の他にも『色紙切り』の意味もあり、食材の切り方を示しているともいわれています。

フランスでは、多様な食材があるため、切り方も豊富にあります。同じ切り方でも、少しの大きさの違いで名前が異なるものもあり、フランス料理の奥深さを感じさせてくれます。

ほんの一部ですが、日本でもよく使われる食材の切り方の名前を紹介します。



ジュリエーヌ	アッシュェ	マセドワーヌ	ロンデル	エマンセ
 千切り	 みじん切り	 さいの目切り	 輪切り	 薄切り