

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～

★ミネストラスープ★



世界の食卓から…

～イタリアの郷土料理～

マカロニは、さまざまな種類があります。給食のマカロニは、「シェル」と呼ばれる貝殻の形を使っていますが、他の形のものを使用してもすてきです！

トマトには酸味があります。酸味を飛ばしたい時は、じっくりと煮込みましょう。



材料	4人分 (g)	目安量	切り方
ベーコン	20		短冊切り
豚肩肉 小間	60		3cm くらい
セロリー	10		筋をとり、輪切り
にんじん	40	1/4 本	いちょう切り
玉ねぎ	100	1/2 個	スライス
じゃがいも	90	1 個	さいの目
マカロニ (シェル)	40		
サラダ油	4		
トマト水煮	20		ミキサーにかける
塩	5	小さじ 1	
白こしょう	0.1	少々	
コンソメ	2		
水	500	2.5 カップ	

〈作り方〉

- ① 深めの鍋に油をしき、豚肉を炒める。
- ② 豚肉に火が通ったら、セロリー、玉ねぎを入れて炒める。
- ③ 玉ねぎが半透明になったら、にんじんを入れさっと炒める。
- ④ じゃがいも、トマト水煮、水を入れて煮る。
- ⑤ パスタのゆで時間を目安に煮込む。
- ⑥ コンソメを入れる。
- ⑦ 2～3分したら、塩・こしょうを入れる。

マカロニ・パスタの種類



シェル



ペンネ



マカロニ



ファルファッレ



フリッジ



フェットチーネ

マカロニの名前の由来は、小麦粉を練った食べものを食べた法王が、「おお、素晴らしい！ (Ma Caroni!!) マックローニ！！」と言ったことから、名付けられたとの説があります。