

4月の給食献立より



- きなこっ茶揚げパン
- 牛乳
- 肉団子のスープ
- 夏みかんサラダ



「夏も近づく八十八夜、野にも山にも、若葉がしげる・・・♪」という「茶つみの歌」があるように、5月になると新茶が出るようになります。歌にある「八十八夜」とは、立春から数えて八十八日目のことです。この頃とれたお茶のことを新茶と言ひ、一年中で一番おいしいお茶とされています。香川県では、三豊市高瀬町や高松市の塩江町、植田町でお茶の栽培が行われています。



高松市塩江町の茶畑

お茶の葉には、ビタミンCが多く含まれていて病気に対する抵抗力をつけたり、ストレスを解消したりする働きがあります。また、緑茶に含まれる「カテキン」という成分には、生活習慣病予防により働きがあるとされています。

「きなこっ茶揚げパン」は、高温の油でさっと揚げたコッペパンに、青大豆のきなこ粉末にしたお茶、そして砂糖を合わせてまぶして作りました。かわいらしいネーミングで、子どもたちにも人気の揚げパンです。

きなこっ茶揚げパン(4人分)

コッペパン	4個
食油	適量
きなこ(青大豆)	大さじ3
砂糖(三温糖)	大さじ2
煎茶(粉末)	2g
食塩	ひとつまみ

きなこっ茶揚げパン(作り方)

- ① 揚げ油を200度まで加熱する。
- ② きなこ・砂糖・煎茶・塩をよく混ぜ合わせておく。
- ③ コッペパンを揚げ油に入れ、上下を返しながら、約30秒揚げる。
- ④ 油をしっかり切って、②をまぶす。



お茶ビーンズ

地場産物のお茶を使った人気料理です。煮大豆にでんぷんをつけて、150度の油で約15分揚げます。きなこっ茶揚げパンと同じ味付けで作ることができます。一緒に作ってもいいですね。

※平成29年5月レシピ参照



給食では、煎茶を練りこんだ、香り豊かなお茶パンも開発しました。

レシピ提供：高松市学校給食研究会