

9月22日（木）

きょうは、“ハヤシライス”についてのお話です。

“ハヤシライス”とは、薄く切った肉と玉ねぎなどの野菜を炒め、
トマト味のソースや赤ワインを加えて煮込み、ご飯の上にかけて日
本独特の料理です。

さて、みなさんは、どうして“ハヤシライス”というか知っていま
すか？いくつかの説があるのですが、東京の上野にある「上野精養軒」
というレストランの林さんというコックさんが考えたからという
説や、ハッシュドビーフという料理をご飯にかけてことから、ハッシ
ュドライスが訛って“ハヤシライス”になったという説などがありま
す。

きょうの“ハヤシライス”は、時間をかけて、じっくりコトコトと
煮込んでいて、野菜もたっぷり、栄養満点でおいしく仕上がっていま
すので、しっかり残さずに食べましょう。