

2月19日（月）

きょうは、“キムチチゲ” についてのお話です。

“キムチチゲ” は、日本のお隣、<sup>となり</sup> <sup>かんこく</sup> 韓国の料理です。「チゲ」という言葉は<sup>かんこく</sup> 韓国語で、「<sup>なべ</sup> 鍋」という意味なので、“キムチチゲ” は、「キムチ鍋」という意味になります。<sup>かんこく</sup> 韓国で広く食べられている<sup>からくち</sup> 辛口の<sup>なべ</sup> 鍋料理または、スープ料理です。その名前のおり<sup>はくさい</sup> 白菜キムチが味の中心で、具には<sup>ぎょかい</sup> 肉類または<sup>とうふ</sup> 魚介類と野菜、豆腐などを使用します。きょうの給食では、具材に、<sup>とうふ</sup> 豚肉・<sup>はくさい</sup> 豆腐・<sup>はくさい</sup> 白菜キムチ・<sup>はくさい</sup> 白菜・<sup>はくさい</sup> 長ねぎ・ニラ・にんにくを使用し、<sup>さとう</sup> ごま油・トウバンジャン・酒・砂糖・みりん・しょうゆ・みそで味付けをしています。具たくさんで、栄養たっぷりですので、しっかり残さず食べて、カゼや寒さに負けない体を作りましょう。