

6月17日（月）

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、野菜もたっぷりで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。