

# 給食レシピ紹介



## 2022年1月31日（月） くじらのオーロラソース和え（昭和の献立）

※分量は、中学生1人分の量です。

材料	分量(g)	下処理・切り方
くじら角切り澱粉付き	48	
揚げ油	適量	
ケチャップ	9	}
味噌	1.2	
三温糖	1.2	
中濃ソース	1.2	
水	4.8	
白いりごま	0.7	
白すりごま	0.4	

### 【作り方】

- ① 鍋に、調味料を混ぜ合わせ、焦げないように混ぜ、ひと煮立ちさせる。
- ② 揚げ油を180度に熱し、くじらを揚げる。（給食センターでは4分）
- ③ ①に揚げたくじらを入れ、混ぜ合わせる。

### <クジラについて>

- ・昭和の時代には、学校給食でよく「くじら料理」が出ていました。
- ・1987年（昭和62年）に商業捕鯨が中止され、給食に出ることはほぼなくなりました。その後、調査捕鯨として、給食にも出るようになり、2019年（令和元年）7月に商業捕鯨が再開されています。
- ・給食で使用したクジラは、ニタリクジラといい、体長は最大で15.5メートルくらいあります。

### <ポイント！>

- ・くじらは、かたくり粉をつけて冷凍したものを使用しています。生のくじらが手に入る時は、角切りにこだわらず、食べやすい厚みに切り、適量のかたくり粉をまぶして揚げてください。その場合は、揚げ時間は4分までかからないと思います。