

**【みどり市】 シチリア風スパゲティ／チキントマト煮**

提供時期・地域

平成6年頃～ みどり市

解 説

**【ねらい】**

学校給食に地場産の農産物を取り入れることにより、子どもたちに地域でとれる農産物や旬について関心をもたせるきっかけとしたい。

**【シチリア風スパゲティ】**

地場産である夏野菜の「なす」と「トマト」を使いケチャップ味で子ども達が食べやすい味付けにしました。6月から9月までの期間限定メニューです。みどり市の子どもたちは、このスパゲティが出ると夏が始まるのだと感じてくれているようです。

**【チキンのトマト煮】**

年間を通して、子どもたちが好きなメニューの一つとして登場しています。トマトが旬の夏には、フレッシュなトマトも加えて作っています。鶏肉が柔らかくておいしいと評判の一品です。



材料 (分量g) 切り方

**【シチリア風スパゲティ】**

ハーフスパゲティ	30	
食塩	0.48	茹で塩
豚ひき肉	20	
シュルダーベーコン	3.5	細切り
なす	40	1cm半月スライス
たまねぎ	38	5mmスライス
にんじん	10	細切り
ピーマン	4.5	半割3mmスライス
トマトケチャップ	26	
ダイストマト缶	3.36	
赤ワイン	1.6	
おろしにんにく	0.28	
パルメザンチーズ	1	
ナツメグ	0.02	
中濃ソース	1	
輪切り唐辛子	0.01	
オリーブ油	1	

**【チキンのトマト煮】**

鶏もも肉皮なし	55	2cmカット
たまねぎ	45	5mmスライス
さきしめじ	15	
パセリ	0.2	粗みじん
おろしにんにく	0.2	
コンソメ	0.6	
ダイストマト缶	45	
ウスターソース	35	
三温糖	0.7	
トマトケチャップ	4.8	
食塩	0.07	
こしょう	0.04	
赤ワイン	2	
粉末ローリエ	0.03	
菜種油	1	

調理法

- ①熱した釜に油をひき、おろしにんにく、豚ひき肉、赤ワイン、ナツメグを入れて肉の色が変わるまで炒める。
- ②さらにベーコンを炒める。
- ③次に、たまねぎ、にんじん、なすを入れよく炒め、トマト缶、唐辛子を入れて炒める。
- ④ケチャップ、中濃ソース、パルメザンチーズを加え、ピーマンを入れて火を通す。
- ⑤アルデンテに茹であげたスパゲティと④の具と混ぜて仕上げる。

※ピーマンは湯かけをしてから使うとピーマン臭さが消える。

- ①熱した釜に油をひき、おろしにんにく、鶏肉、赤ワインを入れて炒める。
- ②鶏肉の色が変わったら、たまねぎを加え良く炒め、しめじ、トマト缶、ローリエを入れてさらに炒める。
- ③トマトケチャップ、中濃ソース、コンソメ、三温糖、塩、こしょうで味を調える。
- ④最後にパセリを加えて仕上げる。

レプリカ作成日 令和 3 年 10 月 13 日

献立提供協力者 みどり市立笠懸東小学校  
矢内三鈴

レプリカ作成責任者 武井弘美 専門員