

# ☆北部小学校考案メニュー☆

## じゃがトマトのコンソメスープ

<材料 4人分>

水	600cc
チキンブイヨン	8g
豚ばら肉	50g
白ワイン	小さじ1/2 (2.5g)
玉ねぎ	1/2個 (100g)
にんじん	小さめ1本 (60g)
じゃがいも	1個 (100g)
コンソメ	2g
白こしょう	少々
しょうゆ	6g
カットトマト缶	120g
トマト	1/6個 (30g)
三温糖	少々
食塩	少々
パセリ粉	少々



<作り方>

- ① 玉ねぎ、にんじん、じゃがいも、トマトは1.5 cm角切りにする。  
豚ばら肉は0.5 cm幅に切る。
- ② 鍋に水を沸かし、豚ばら肉と白ワインを入れる。さらに玉ねぎ・にんじん・じゃがいもを加え、やわらかくなるまで煮る。
- ③ **A**を加え、カットトマト缶とトマトを加え、さっと加熱する。
- ④ 三温糖と塩で味をととのえる。
- ⑤ 最後にパセリ粉を振り入れて仕上げる。

<コメント>

- 授業の一環で、北部小学校の子どもたちに地場産物を使った給食メニューの提案をしてもらいました。「じゃがトマトのコンソメスープ」は、その中から給食で実際に提供されたメニューです。
- 給食では、鎌ケ谷産「トマト」を使って作りました。
- このメニューを考案した児童にお話を聞いたところ、「トマトが苦手な人もスープにしたら食べやすくなるのではないか」という思いが込められているそうです。
- 子どもたち考案のレシピは、生のトマトのみを使ったものでした。今回は、生のトマトとカットトマト缶を使い、給食用にアレンジして提供しました。