

^{しおこうじ} 塩 麴 は、江戸時代から伝わる調味料で、塩と

^{こめこうじ} 米 麴 を発酵させて作ります。甘味があり、肉や

^{さかな} 魚をやわらかくする効果や、うま味を引き出し

てくれる効果もあります。



^{きゅうしょく} 給食では塩 麴に鮭を漬けて込んで

^や 焼きました。ぜひ味わって食べてみてください。





ごはん、^{さけ} 鮭の^{しおこうじや} 塩 麴 焼き、^{はくさい} 白菜と^{あぶら} 油 ^あ 揚げの^{しる} カリカリサラダ、たまごのみそ汁