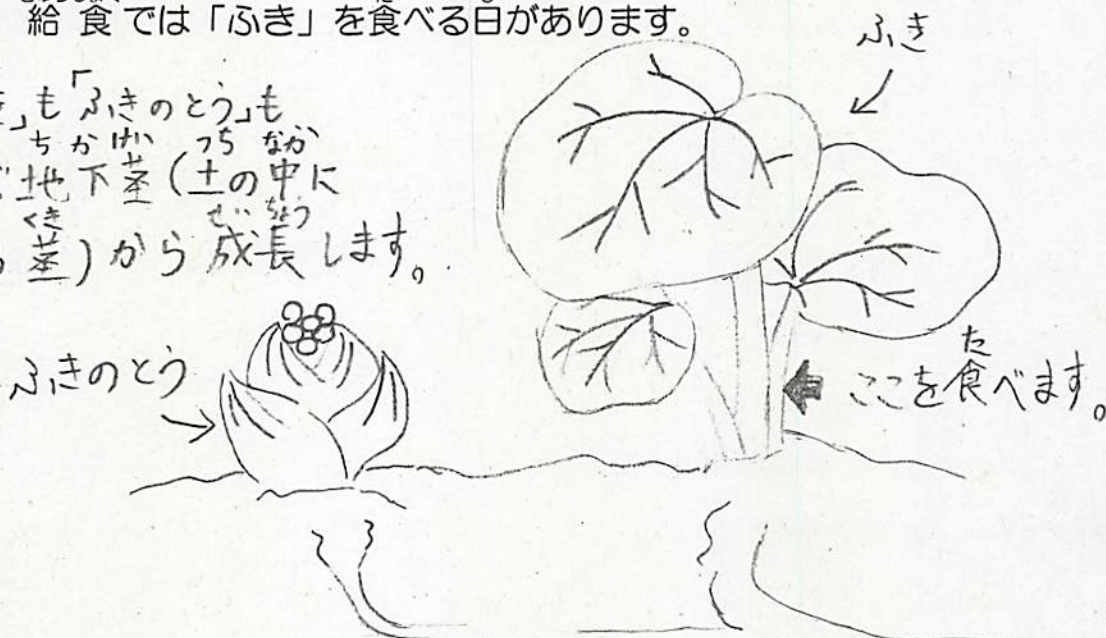




2019年  
(平成31年)  
4月  
長尾小学校  
2年生特別号

2年生は国語の時間に「ふきのとう」という物語を学習しました。「ふきのとう」とは「ふき」という植物が、春に咲かせる花のつぼみのことです。給食では「ふき」を食べる日があります。

「ふき」も「ふきのとう」も  
おなじ地下茎(土の中に  
ある茎)から成長します。



### きゃらぶき (4月19日(金))

#### 材料 (10人分)

やまぶき	150g	2cm
塩 (板すり用)		
さとう	10g	
みりん	10g	
濃口しょうゆ	15g	
料理酒	10g	
だし	50g	

#### 《作り方》

- ① やまぶきを、分量の1%の塩で板すりまたは塩もみする。
- ② ①の塩を洗い流したあと、苦みがある程度抜けるまで、何回かゆでこぼす。
- ③ だしに調味料を入れて沸騰させ、②のやまぶきを入れて煮含める。

※給食の量を基準にしていますので、  
家庭で調理する時は調整して下さい。