

# 5がつ19にちの こんだて

ごはん(あじつきのり)

ばちじる

なすとピーまんのみそいため

おひたし



## Today's Quiz



穴子料理でよく行われる調理法のうち、伝統的に穴子に最も多く用いられるのはどれでしょう？

- ①塩焼きの蒲焼にする(かば焼き) ②煮てふっくらと仕上げる(煮穴子)  
③生の刺身で提供する ④干物にして生で食べる



ほねにきをつけてたべよう



ゆっくり  
よくかんで  
たべよう



こたえ： ②

穴子はうなぎの蒲焼のように強く焼いて脂を落とす料理よりも、身が柔らかく淡泊なことを生かして煮て仕上げる『煮穴子』や寿司のネタとして煮たものを使うのが一般的です。選択肢の中で『煮てふっくらと仕上げる(煮穴子)』が正解で、穴子の繊細な身質を損なわない調理法として古くから親しまれています。天ぷらなどの揚げ物もよく合いますが、蒲焼は主にうなぎの調理法です。

# 5がつ19にち きょうのたべもの

