

きょうのこんだて

12がつ6にち

ごはん

わかめスープ

チンジャオロース

しゅうまい



きょうのポイント

チンジャオロース

青椒肉絲と書きます。青椒⇒「ピーマン」肉⇒「肉」 絲⇒細切り
という意味です。18世紀の後半、中国で食糧不足を補うために、
細切りの豚肉の揚げ物と唐辛子(ピーマ)と一緒に炒めたことで誕生
した料理です。食材が限られた地域で生まれた料理なので、伝統的
なチンジャオロースには、たけのこ、ごま油、オイスターソースは
入っていません。

