

きょうのこんだて

5がつ22にち

がぱおらいす
こんさいのすーぷ



きょうのポイント

ガパオライス

タイ料理で「ガパオ」とはハーブの中の「バジル」その一種の「ホーリーバジル」のことを言います。日本語では「バジル炒めご飯」となります。タイでは一般的な家庭料理でよく作られており、基本的には豚肉やパプリカ、バジル、卵をナンプラーや砂糖などで味付けします。給食ではナンプラーの代わりにしょう油やオイスターソースで味付けして、卵はオムレツを使用しました。たくさん食べてくださいね。



5がつ22にち きょうのたべもの

