

12月4日(月)

麻婆丼

あっさりナムル

りんご

牛乳

麻婆丼 マーボ豆腐 麻婆豆腐とは、中国の四川料理のひとつです。豚ひき肉と豆腐を、中国の甘みそや辛みそと炒め煮して作ります。

『麻婆』の「麻」は“あばた※”、「婆」は“おかみさん”の意味で、麻婆豆腐を作ったおかみさんの顔に、あばたがあったため、料理にこの名前がついたといわれます。

※ あばた・・・かさぶたの後に残る、くぼみ

にんにく	:	青森
生姜	:	高知
長葱	:	群馬
しめじ	:	長野
もやし	:	栃木
にんじん	:	千葉
きゅうり	:	千葉
りんご	:	長野
豚肉	:	千葉