

ビジュアル献立

7 月 10 日 (木曜日)

しょうきぐ 使用器具

- さかな いわし のかばやき丼 しゃもじ トング ふかざら
- すまし汁 おたま しるわん
- だいず ごもくに 大豆の五目煮 トング こざら
-

はいぜんず めやすりょう 配膳図・目安量

ひとくちメモ

夏の土用の丑の日（大体7月19日～8月6日頃）と言えば、『かばやき』です。『かばやき』は、「うなぎ」を使うことがほとんどですが、「あなご、はも、さんま、いわし、どじょう」などでも作ります。

『かばやき』は、身をさいて骨をとり、のぞき、串を打って焼き、タレをかけたものですが、最初の頃は、みそや酢をつけるものでした。しょうゆ・みりん・さけ・さとうで作ったタレをかけるようになったのは、江戸時代の中頃からのようです。

注意：お魚には、骨があるので、注意して食べてください。

