

《 Chef's Lunch with 会津美里町学校給食センターの給食を食べている皆さん 》 令和5年8月31日（木）実施

株式会社 メフォス
一般社団法人 ChefooDo

みなさん、こんにちは！「Chef's Lunch」の給食は、東京・文京区のイタリアン「タベルナ・アイ」オーナーシェフの今井寿シェフが、日頃みなさんの給食を作ってくれている先生や調理員の方々と力を合わせて作る給食です。

今井寿シェフのアイデアが詰まったイタリアン給食です。みなさんもいつもとは一味違う味覚を体験してくれたら嬉しいです。「Chef's Lunch」の献立レシピを紹介しますので、食べた感想を話したり、一緒に料理したり家族や友達と楽しんでみてください。

なお、実際にみなさんが食べる給食は、学校給食の基準に合わせ、本レシピに修正を加えています。
※掲載しているレシピは、今井寿シェフのオリジナルレシピを元にしています。



【ポッコ（若鶏）のオープン焼き 夏野菜と高田梅のマリアージュ】

<材料>※4人分

鶏もも肉	2枚
ベーコン（棒切り）	80g
お好み野菜	適量
塩	適量
コショウ	適量
パン粉（細かいもの）	適量
高田梅	適量
サラダ油	適量
カットトマト缶	2缶

<作り方>

- ①鶏もも肉に塩、コショウをし、パン粉を振り230℃に予熱したオーブンで焼き色を付く程度（8分目程度の焼き具合）まで焼き、高田梅、サラダ油を合わせたものを乗せて5分ほど焼く。
※使用のオーブンにより時間が変わります。
- ②鍋にベーコン、サラダ油を入れよく炒め、カットトマト、お好み野菜を入れ軽く煮込み、①にかける。

※「ポッコ」は、「若鶏」のイタリア語になります。



【ほくほくジャガイモのイタリア風】

<材料>※4人分

ジャガイモ	500g
玉ねぎ	80g
粉チーズ	40g
イタリアンパセリ	適量

<作り方>

- ①ジャガイモの皮を剥き蒸す。
- ②玉ねぎをスライスし炒める。
- ③①②と粉チーズを合わせ、180℃のオーブンで焼き色が付くまで焼く。
- ④イタリアンパセリを振りかける。



いつも会津美里町学校給食センターの給食を楽しんでいる皆さん、こんにちは！



「タベルナ・アイ」今井寿

東京・文京区にある「タベルナ・アイ」というイタリア料理店でオーナーシェフを務めている今井寿です。今回、みなさんに食べていただく給食は、日頃、私がお客さまに提供しているイタリア料理から発想しました。イタリア料理の雰囲気但至少でも感じて欲しいという思いで、料理の名前もイタリア料理風になっています。みなさんの中には、洋風な食事に慣れない方もいらっしゃるかもしれませんが、今回の「Chef's Lunch」をきっかけに新しい味覚にチャレンジしてくれるととても嬉しいです。また、今回は、毎日みなさんのために給食を作ってくれている先生や調理員の方々にたくさん助けをいただきました。みなさんも、給食を作ってくれる方々への感謝を忘れずにしっかりと食べてください。

保護者の皆様へ

今回の給食は、児童や生徒にイタリア料理の雰囲気を少しでも感じてもらえたらという思いで給食のレシピを考えました。決して難しいレシピではありませんので、是非ご家庭でも試してみてください。できれば、お子さんと一緒に、家族全員でわいわいと会話しながら楽しく料理してもらえたらとても嬉しいです。

【マイス（とうもろこし）のリゾット】

<材料>※4人分

米	2合
とうもろこし	1本
バター	少々

<作り方>

- ①とうもろこしを身と芯にきりわけ、といだお米の中に入れ、お米を炊くように炊き込みご飯にする。
- ②炊き上がったご飯からとうもろこしの芯を取り外し、バターを入れ混ぜ合わせる。

※「マイス」は、「とうもろこし」のイタリア語になります。



【レンズ豆のお金持ちになるスープ】

<材料>※4人分

レンズ豆	100g
玉ねぎ（みじん切り）	100g
ニンジン（みじん切り）	50g
チキンブイヨン	500cc
塩	適量
コショウ	適量
粉チーズ	適量
オリーブ油	適量

<作り方>

- ①レンズ豆を水洗いする。
- ②鍋にオリーブ油を入れて、玉ねぎ、ニンジンをよく炒める。
- ③鍋にレンズ豆を入れて、濃いめのチキンブイヨンを入れ
レンズ豆が柔らかくなるまで煮込み、
塩、コショウで味を整え、粉チーズを振りかける。

※イタリアでは、「レンズ豆がコインの形に似ているから」というところから
「お金持ちになるスープ」と言われています。同時に「幸せを呼ぶ」とも
言われていて、幸福祈願も込めて大晦日に食べるのが定番です。



【マチェドニア】

<材料>※4人分

ブルーベリー（冷凍）	20粒
すいか（一口大）	12個
みかん（一房）	12房
リンゴ（あられ切り）	12個
※上記以外でもお好みのフルーツでも可	
サイダー	300cc
ハチミツ	大さじ1

<作り方>

- ①全てのフルーツを合わせて、サイダー、ハチミツを加える。
- ②冷蔵庫で20分程度冷やす。

※「マチェドニア」はイタリアのフルーツポンチです。

「マチェドニア」は、「たくさんの種類をまぜたもの」という意味のイタリア語になります。

サイダーの他に、オレンジジュースを使っても美味しくできます。

大人向けには、赤ワインやスパークリングワイン、ラム酒を
加えてみると一層味が深まります。



■ 株式会社メフォスのご紹介

保育園、幼稚園、学校の給食はもちろんのこと、産業給食や福祉給食、病院・医療給食を手掛ける給食委託会社です。学校給食では、全500ヶ所を超える運営実績を誇り、高い業界シェアを持っています。60年以上にわたって培ってきた実績やノウハウを活かし、給食委託会社のパイオニアとして、地域に寄り添い、想いをこめたおいしい食の提供を続けています。

■ 一般社団法人 ChefooDo の紹介

「Chef（料理人）」が「Food（食の力）」で「Do（行動する）」を社名に託した団体です。食の力で「ココロ」を育み、笑顔を広げたいという想いを核に、技術と見識に長けた料理人が集っています。「食育意識の推進」、「地域社会との連携」、「被災地への寄り添い」を3つのDo(行動)に掲げ活動しています。団体設立以来、延べ110校を超える学校で学校給食に参加しています。