＊７月８日（水）箱膳を実施しました。

＊献立＊

新生姜のごはん・魚の味噌漬け焼き・茄子の揚げ出し

３色ピーマンのきんぴら・ちりめん山椒・冬瓜の冷たい清汁

～魚のみそ焼き～

魚は前日から味噌に漬け込み、一晩置くことで中まで味をしっかりと染み込ませ、焼き上げた時に香りも深まるように仕上げました。

～茄子の揚げだし～

茄子は切り込みをいれ、中まで軟らかく揚がるように仕込みました。仕上げに生姜と大根おろしをかけると、南瓜の甘味が増し、茄子もあっさりと召し上がれますよ。

～３色ピーマンのきんぴら～

３食のピーマンに黒ゴマを入れ、ごま油で炒めました。色と香りを楽しめる華やかさのある炒め物です。

～ちりめん山椒～

しらす干しに山椒を混ぜ、シンプルに仕上げたものですが、濃口しょうゆを加え、山椒の香りもいいので生姜ご飯に合うものになっています。

～冬瓜の冷たい清汁～

冬瓜を軟らかく蒸し、熱を取った後冷やして準備しました。冷静スープのような夏にはとても合う清汁です。
みょうがを加え、香りもさわやかにほのかに香る清汁にしました。