

12月2日(月)

マーボー豆腐丼

あっさりナムル

オレンジゼリー【1年生リクエスト】

マーボー豆腐 マーボードウフ 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 : 秋田
しめじ : 長野
もやし : 栃木
にんじん : 千葉
きゅうり : 千葉
豚肉 : 千葉