

# 三小タイムズ

第111号

令和2年10月29日発行 校長 辻 久恵

## 給食室探検 ~調理編~

§ 給食のカレーライスができるまで §

### 下処理

球根皮むき器（ピーラー）

●ジャがいも



ピーラーは、大量のジャがいもの皮を剥くのに使います。器の中がザラザラになっていてホースで水を流しながら中がくるくると回ってジャガイモの皮が剥けます。その後は、手作業で一つ一つ包丁で芽取りをし、一口で食べられる大きさにカットします。

### ルー作り

小麦粉、油、バター、カレー粉を弱火で 30 分ぐらい炒めて作ります。



### ガラスープ作り

カレーの旨味を出すためにその日に使う野菜の皮や茎など廃棄になる野菜を豚骨と一緒に 3 時間以上煮込んでスープを取ります。

●にんじん



●玉ねぎ



にんじん、玉ねぎの皮は手作業で剥き、その後はスライサーでカットします。

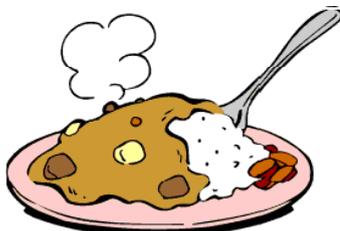


### 調理

- ①玉ねぎをあめ色になるまで炒めます。
- ②肉、野菜を入れて炒め、ガラスープを入れて煮込みます。



- ③ルー、調味料を入れてさらに煮込みます。



みんな大好き♡カレーライスの完成！

いただきます！

