

# 給食室の様子

給食で使用している大豆は飯能市の精明地区で収穫されたものです。乾燥した状態の大豆を朝からふっくら煮て、今日のポークビーンズやサラダなど月に1~2回使っています。

傷があったり変色している大豆を取りのぞきます。(前日)



野菜をカットします。

大豆を煮ます。



大豆をさっと洗い、水から煮ていきます。火加減は大豆が踊るくらいの弱火でゆっくり 3 時間。火を止めてから 30 分程度そのまま冷まします。茹で汁はとっておきます。

サラダ油でセロリ・豚肉・玉ねぎ・にんじんの順に炒めます。



大豆を加えて調味します。

大豆の茹で汁を加えます。

しばらく煮込んで出来上がり。



完成