

献立ひとくちメモ

1月16日(火)



世界の料理のお話です。

今日の給食には、学校図書館とコラボした世界の料理が登場します。今年、学校図書館にある「世界の市場 (河出書房新社)」という本とコラボしています。この本は、海外の食文化について紹介しています。今月はイスラエルです。

クスクスは小麦粉を原料としたショートパスタの一種で、「世界最小のパスタ」とも呼ばれています。モロッコ (北アフリカのマグレブ地域) が発祥といわれており、現在ではヨーロッパやアメリカ、中南米などでも食べられています。

クスクスにはビタミンやミネラル、食物繊維などがバランスよく含まれていて栄養価の高いヘルシー食品です。そのため、美容や健康にいいと世界から注目されています。

