

献立ひとくちメモ

2月29日(木)



炒合菜（チャオホーツアイ）は中国の北京料理の一つで、千切りにした肉と野菜を素早く炒めた料理です。中国料理には北京・広東・四川・上海料理の4種類あり、その1つである北京料理は、油をたっぷり使った料理が多く、こってりとした強い塩味が特徴です。強火で一気に炒めているので、野菜のシャキシャキとした食感が楽しめ、中国では人気です。春雨が入っていることが多く、塩やしょうゆなどの調味料をよく吸収してくれるので、味がしっかりしみ込みます。また、にんにく、ごま油が入っているので香りがとてもよく、ご飯との相性がバッチリです。

みぞれ汁とは、大根おろしを加えた汁物のことです。大根おろしの色の白さと様子を冬場の「みぞれ」に見立てていることが名前の由来です。