

令和 7 年度 総合的な探究の時間

10月 郷土料理講習会④「野菜たっぷりミネストローネ」

10月22日、4回目の郷土料理講習会は「野菜たっぷりミネストローネ」です。これは生徒アンケートで希望者が多かったメニューです。ミネストローネとは、「イタリア発祥の野菜をたくさん使った具たくさんスープ」です。県産の地場野菜をたっぷり使って日常的に楽しめるヘルシーなスープなので、是非作り方を覚えて欲しいと思い採用しました。いろんな野菜を細かく刻むので、手を切らないよう注意しながら作業を進めていました。化学調味料を一切使わず、塩、こしょうのみのシンプルな味付けですが、野菜と鶏胸肉のうま味がしっかり出ていました。シンプルだからこそ、素材の味わいをしっかりと感じ取れる逸品です。ごぼうの風味が濃かったり、トマトの酸味が強かったりと班ごとに味が異なるものの面白かったです。

