



きた み ぼしこんだて シェフの北キュー三ツ星献立



「白身魚のトマたまフワトロスープ」は、
やはたにしく たな かめんはんてん てんしゅ たなかけんいち
八幡西区「田中華麺飯店」の店主 田中賢一さ
こうあん こんだて しろ かお で
ん考案の献立です。白ねぎを香りが出るまでよ
いた しろみざかな しゅん なま くわ
く炒め、白身魚のホキと、旬の生トマトを加えて
とり さけ さとう しお ちょうみ
鶏がらスープや酒、砂糖、塩こしょうで調味しま
す。仕上げに たまご なが い し あ
卵を流し入れ、ふんわりと仕上
るように工夫したスープです。

たなか
【田中シェフ】



しろうみざかな しさく ようす
「白身魚のトマたまフワトロスープ」 試作の様子



たまご しゅうりょう みず くわ
卵に少量の水を加
えることで、ふんわり
はな
と花びらのように仕
上がり、口当たりも
くちあ
なめらかになるのが
ポイントです！

シェフからのメッセージ

☆ みなさん、こんにちは ☆
学校給食応援団員の田中です。
今日の「白身魚のトマたまフワトロスープ」
を美味しく作るコツは...
しっかりと卵にあらがじめ水を少し入れる
事です。卵を煮る事でふわと広がって
優しい食感にできます。
これまでの給食の卵スープがさらに
ふわトロになるように考えました！
今日は卵の面白い特徴の話をして。
卵白と卵黄では固まる温度が違って
卵白が先で卵黄は遅れて固まります。

卵料理は急いで強火にすると失敗します。
「中心の黄身が固まるのをゆっくり待つ」
料理人らしく食育に結んで話をまとめます。
人の考え方育て方も卵料理と同じです。
卵の中心は黄身
全ての中心は君
周りの人の意見を聞く事は大切な事。
だけど最後に「どうするか決めるのは君」
中心はキミなんだぜ！
半熟だって美味しいぜ！
by 田中賢一
おいしい給食大作戦