

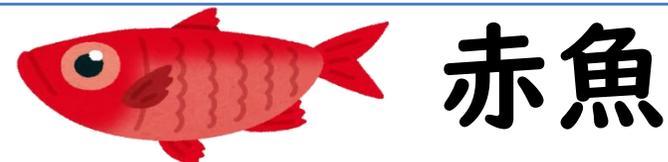
2月13日(金)



ごまあえ

赤魚のみぞれかけ  
(1人1尾)

ごはん

豚肉と野菜の  
しょうが煮汁物より  
控えめに  
盛りましょう

## 赤魚

赤魚とは、アコウダイ・アラスカメヌケ・金目鯛など、赤い体のいくつかの魚の総称です。体は赤いですが、クセのない白身魚です。煮つけ・干物・粕漬<sup>かす</sup>けなどの料理に利用されます。今日は粉をつけて揚げ、大根おろしを使ったみぞれあんをかけています。