

～そら豆のさやむき～

6/2(金)に1年生にそら豆のさやをむいてもらいました。クラスみんなで初めてのさやむき体験です！

納品

今日は八百屋さんから18kgのそら豆を持ってきてもらいました。茨城県のもので、新鮮でしっかり実がつまっていました！



さやむき体験

そら豆は、厚い皮の中にフワフワの真っ白なお布団に包まれて、大小様々な大きさの粒が入っているのが特徴です。

1年生は「ふわふわだ～!」「大きい粒もあれば赤ちゃんの粒もある～!」と、初めての体験にワクワクしながら取り組んでくれました。

むき方

①つめを入れる



②両方の親指で開く



③さやから優しく取り出す



「先生！みてみて！上手におけたでしょ？」
中には硬い皮に苦戦している子もいましたが、みんな上手におけました♪



「そら豆」の名前の由来は、「空」に向かって育つ「豆」だからです。畑でなっている様子の写真を見て学びました。

*** 給食室で調理 ***

よく洗います



3回洗い、ゴミやほこりを流します。また、この時に痛んでいるものはないか、目で見て確認します。

塩茹でします



ほんのり塩味がついて、そら豆の素材の甘さが味わえるようにします！青臭さを消す効果もあります。

均等に配缶します



茹でたそら豆は、調理員さんが1つずつ数えながら、配缶してくれました。



*** 給食時間の様子 ***

- 献立
- ・ターメリックライス
 - ・キーマカレー
 - ・牛乳
 - ・そら豆
 - ・海藻サラダ



おいてくれた1年生は一人1~2個の量でした。そら豆は独特の味わいがあるので、苦手な子どもも多いですが、自分たちでおいたそら豆は特別だったようです。「おいしい!」「もっと食べたい!」という子どもがたくさんいました。新鮮な状態で食べられたので、おいたときに感じた青臭さもなく、それもあって低学年でもおいしく食べられたのかなと思います。



「ちょっと苦いけど、おいしいね!」
旬の味を楽しんでいました♪



「そら豆、全部食べたよ!」
自分たちでおいたそら豆の味は格別でした♪



「そら豆の皮、きれいにおけたよ!」
上手に皮をむいて、おいしそうに食べていました♪