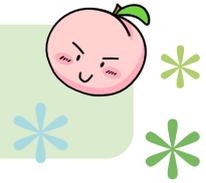


わかさぎのお話（小）



みなさん、こんにちは。今日は、わかさぎのお話です。

わかさぎは、秋の終わりから春先にとれる魚です。

みなさんは、氷に穴をあけて、わかさぎ釣りをする様子を見たことがありますか？わかさぎがたくさんとれる地域では、冬の風物詩となっています。

わかさぎは、10cmほどの小さな魚で、うろこが少なく骨もやわらかいので、頭からしっぽまでまるごと食べられ、カルシウムをたっぷりとることができます。

わかさぎは、火を通すと、おいしく食べられます。味にくせがなく、揚げたり、焼いたり、煮たりと色々な調理ができます。特に、からあげ、天ぷら、なんばん漬けなど、油で揚げるとおいしいです。

今日の給食では、わかさぎから揚げが登場します。今しか味わえない旬の魚をおいしくいただきましょう。