

---

おたより

トマト

平成 23年 5月  
富 士 見 市  
学 校 給 食 セ ン タ ー

## 「真薯・しんじょ・しんじょう」について

しんじょは漢字で「真薯」と書き「薯」つまり山芋をつなぎに使った練り物に使われる名前です。「しんじょう」という名称は古くからあったようで、「はんぺん」と同様に今古調味集(1580年:安土桃山時代)などの古文書に見られます。

しんじょの材料は、白身魚や鶏肉、えびなどのすり身に卵白、山芋、くずなどをつなぎとしていれ、調味料を加えて形を作り、蒸したり茹でたりして火を通した練り物で、材料や形により、えびしんじょ、花びらしんじょと呼ばれ、主にすまし汁の椀だねに使います。一見えびしんじょのように見えても、つなぎに山芋を使ってなければ、厳密には「しんじょ」とは言えません。

中学校の献立では9日(月)に、5月の新茶の季節にちなみ木の葉の形をした「しんじょ」をお茶と小麦粉で衣を付けて揚げてください。しっかり食べてくださいね。