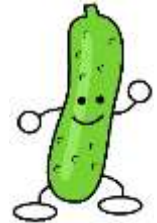


ラビゴットソースってなぁに？



“ラビゴットソース”とは…

フランス発祥のこのソースの主な材料は、お酢・油・野菜のみじん切りです。
野菜のみじん切りにはセロリや玉ねぎ、きゅうりをお酢に漬けた“ピクルス”等を使用している酸味のきいたソースです。



名前の由来は「元氣を出させる」や「回復させる」といった意味だそうです。

身近なトマトやきゅうりなどの野菜のみじん切りに、酢・オリーブオイル・塩・こしょうを混ぜると簡単にできるので、おうちでも挑戦してみてください！

お酢の代わりに尾道特産のレモン果汁でもおいしそうですね！

給食ではコーンも入っていて食べやすく工夫されています。

ラビゴットソースで元氣に夏を乗り切りましょう！



フランス国旗