

## 【学校給食週間】

1月24日～30日の学校給食週間に合わせて、日本各地の料理を出します。食を通じて日本の食文化について学びましょう。

### 愛知県（1月26日）

「名古屋手羽先」は昭和30年代に名古屋の居酒屋で人気が出た料理で、こしょうがきいた独特のタレを揚げた手羽先にからめて食べます。給食では手羽先の代わりに、ささみを使います。

「赤だし」に使われている「赤みそ」と、普段食べるみそ汁に使われる色の薄い「淡色みそ」とのちがいは、みその作り方です。「淡色みそ」も「赤みそ」も使う材料は「大豆」「こうじ」「塩」ですが、淡色みそは大豆を煮て作るのに対し、赤みそは大豆を蒸して作ります。高温で長時間蒸すことで、独特の濃い色のみそになります。

「赤みそ」は愛知県でよく使われる調味料です。「みそ煮込みうどん」「みそカツ」「みそおでん」などさまざまな料理に使われます。赤みその風味を味わいながら食べてみましょう。



### 東京都（1月27日）

「関東煮」とはおでんのこと、たくさんの材料と一緒に炊き込んだ料理です。江戸の町の屋台で流行したもののが関西に伝わって”関東煮”と呼ばれるようになったそうです。

「白菜と小松菜の煮びたし」に使われる小松菜は、東京の小松川地区で多く栽培されていたことから「小松菜」と名付けられたといわれ、江戸時代から栽培されている野菜です。

「大学いも」という名前は、東京の大学生が好んで食べていたから、東京大学の前の店で売られていたからなど、いろいろな説があります。



### 長野県・新潟県（1月28日）

「とり肉のアップルジンジャーソース」は、長野県でよくとれる「りんご」を使ったソースを焼いたとり肉にかけます。野沢菜は長野県の野沢温泉地方でよく作られている野菜です。この地域では雪が多く冬場に野菜が不足しがちなので、昔から野沢菜の漬物が重宝されてきました。「野沢菜炒め」は野沢菜漬けの風味を生かした炒め物です。

「スキー汁」は新潟県上越市の郷土料理です。上越市は日本で初めてスキーが伝えられた地です。スキーの演習中に食べていたみそ汁が原型になったのが「スキー汁」だといわれています。短冊切りの大根・にんじんはスキーの板、豆腐は雪やみぞれ、しいたけは笠や蓑、ごぼうやねぎは雪道を歩くかんじき、こんにゃくはシュプール（スキーで滑った跡）を表しています。しいたけやねぎは、周囲の木々に見立てることもあります。また、スキー汁にはさつまいもが入るのが特徴ですが、これはスキーの演習に鹿児島出身の人が参加していたからだといわれています。



### 北海道（1月29日）

北海道のからあげのことを「ザンギ」と言います。普通のからあげと明確なちがいはなく、とり以外にも、魚介類のからあげでも「ザンギ」と呼びます。今回は白身魚の「ホキ」を使ってザンギを作ります。名前の由来には、中国語で”とりのからあげ”を意味する「ザーギー(炸鶏)」に、”運がつくように”と「ウン(ン)」が間にに入って「ザンギ」と名付けられたという説があります。

「松前漬け」は昆布、スルメ、カズノコなどをしょうゆで漬け込んだ料理です。北海道の松前地方は昆布がよくとれることで有名で、昆布を使った料理の名前に「松前」とつけられることがあります。給食の松前漬けは切干大根、昆布を使って作ります。北海道生まれという意味の「道産子(どさんこ)」という言葉がありますが、「どさんこ汁」は北海道の特産品を使ったお汁です。じゃがいも、コーン、バターなどが入っています。



### 熊本県（1月30日）

「びりんめし」は豆腐を混ぜたごはんです。豆腐を混ぜることで、米の収穫が少なかった時代でもおなかを満たし、栄養価も高くすることができます。豆腐を、油をしいた鍋で炒める時に『びりん、びりん…』というように聞こえるところから「びりんめし」と呼ばれるようになったそうです。

「せんだご汁」の「せん」というのは、いものでんぶんのことです。熊本県の天草地方ではさつまいもがさまざまな料理に使われてきました。さつまいもを使った団子が入った「せんだご汁」もそのひとつです。

「ぽんかん」は、熊本県で多く生産されている果物です。