

1月26日(木)～湖北の郷土食を味わおう～



☆地産地消はいいこといっぱいです。



☆焙煎発芽玄米ごはん☆

「焙煎発芽玄米」は滋賀県産の発芽玄米を焙煎し、香ばしさをひきたてたものです。通常の発芽玄米よりもGABAや食物繊維が豊富です。GABAには、ストレスやイライラを和らげるはたらきがあります。食物繊維は、便秘を予防したり、大腸がんを防ぐはたらきがあります。

☆赤かぶ漬け☆

米原市の農家によって大切に守り続けられてきた赤かぶは伝統野菜として親しまれ、現在に受け継がれています。びわ湖の渡り鳥が飛来する11月中旬頃に赤かぶの収穫が始まります。毎年米原小学校の3年生が赤かぶ漬けを体験しています。

給食で

地産地消

☆伊吹大根のみそ汁(打ち豆入り)☆

「伊吹大根」は米原市の特産物で、一般的な大根よりも短く、辛みが強いのが特徴です。「打ち豆」は、大豆を一晩水につけて、木づちで平たくつぶしたものです。「みそ」は、醍井小学校の5年生と柏原小学校の4年生が昨年作ったみそを使います。地産産の食材がたっぷり入ったおいしいみそ汁です。

☆びわますのマヨネース焼き☆

琵琶湖には、さけの仲間である「びわます」が生息しています。びわますは琵琶湖にしかない固有種で、冷たい水を好むことから琵琶湖沖合の深い所を広く泳ぎ回り、こあゆやエビ類を食べています。米原市では、天野川へのびわますの遡上(湖から川に上ること)を復活させるプロジェクトを行っています。

郷土料理の歴史を知り、食文化を受け継いでいこう

現代は生活の多様化により、食文化は急激に変わりました。特に近年は便利さや簡単さなどが求められ、人々の食にかかる時間も減り、それとともに郷土食に対する興味や愛着も薄れてきています。

郷土食は人々の生活の知恵や歴史や文化がすべてつまった集大成です。そういった伝統食が失われるということは、そこに生きてきた土地や人々の歴史、知恵が消え去ってしまうということであり、それはとても悲しいことです。滋賀の郷土料理と食文化を継承し、その歴史を伝えていくためには、みなさんへ郷土料理の紹介や調理法を提案していくこと。また何よりも「食べてもらうこと」で伝えていくことが必要だと考えています。

～打ち豆のおはなし～

