

☆☆☆☆☆☆☆☆ 食育だより ☆☆☆☆☆☆☆☆

## ★★★ 本日のみやぎのおいしい食材 ★★★

○ごはん（<sup>かんきょうほぜんまい</sup>環境保全米ひとめぼれ） ○牛乳<sup>ぎゅうにゅう</sup>  
○山賊焼き<sup>さんぞくや</sup>に使っている「鶏肉」<sup>とりにく</sup> ○美里町産りんご<sup>みさとまちさん</sup>：ふじ  
○みそ汁<sup>しる</sup>に使っている「豆腐」<sup>とうふ</sup>「鶏肉」<sup>とりにく</sup>「えのき」「なめこ」

★今日は<sup>きょう</sup>長野県<sup>ながのけん</sup>のみそ<sup>しる</sup>を使用したので、長野県<sup>ながのけん</sup>の郷土料理<sup>きょうどりようり</sup>「山賊焼き」<sup>さんぞくや</sup>と、長野県<sup>ながのけん</sup>で実施している「具だくさんみそ汁コンテスト」<sup>おうぼ</sup>に応募されたみそ汁<sup>しる</sup>をアレンジしました。「山賊焼き」<sup>さんぞくや</sup>の名前の由来<sup>ゆらい</sup>は諸説<sup>しよせつ</sup>ありますが、「山賊は人の物<sup>さんぞく</sup>を“取り上げる”<sup>ひともの</sup>」から「鶏揚げ<sup>とりあ</sup>げる」という信州人<sup>しんしゅうじん</sup>の遊び<sup>あそ</sup>心<sup>こころ</sup>からつけられた説<sup>せつ</sup>や、「山賊」<sup>さんぞく</sup>という飲食店<sup>いんしょくてん</sup>が「ニンニク醤油ダレ<sup>しょうゆ</sup>の鶏<sup>とり</sup>のから揚げ<sup>あ</sup>」を出<sup>だ</sup>していたからなどがあります。

<sup>きゅうしょく</sup>給食<sup>あ</sup>のから揚げ<sup>ばい</sup>の6倍<sup>りょう</sup>の量<sup>つか</sup>のニンニク<sup>あ</sup>を使ったパンチ<sup>しょうみ</sup>のあるから揚げ<sup>あ</sup>をご賞味<sup>しょうみ</sup>ください。

## 目指せ！ みそ博士

\*\*\*\*\*

### 本日のみそ



<sup>なまえ</sup>名前<sup>しんしゅう</sup>：信州みそ

<sup>ちいき</sup>地域<sup>ながのけん</sup>：長野県

<sup>しゅるい</sup>種類<sup>こめ</sup>：米みそ

※「<sup>しんしゅうみそ</sup>信州味噌」は<sup>ながのけんみ</sup>長野県味噌工業<sup>そこうぎょうきやうどうくみあい</sup>協同組合<sup>ちいきだんたいとうろく</sup>の地域団体登録<sup>しょうひよう</sup>商標<sup>しょうひよう</sup>です。

### ～ ひとくちメモ ～

「<sup>しんしゅう</sup>信州みそ」は「<sup>こめ</sup>米こうじ」を使<sup>つか</sup>った<sup>せんだい</sup>仙台みそと同じ「<sup>こめ</sup>米みそ」です。<sup>せんだい</sup>仙台みそと色<sup>いろ</sup>が少<sup>すこ</sup>し違<sup>ちが</sup>うのは、<sup>ざいりよう</sup>材料<sup>はいごう</sup>の配<sup>じゆくせい</sup>合<sup>きかん</sup>と熟成<sup>ちが</sup>期間<sup>きかん</sup>の違<sup>ちが</sup>いからです。

<sup>かまくらじだい</sup>鎌倉時代<sup>しなの</sup>に、信濃<sup>くに</sup>の国<sup>げんざい</sup>（現<sup>まつもと</sup>在<sup>しゆっしん</sup>の松本市<sup>かくしんおしょう</sup>）出<sup>ちゆうごく</sup>身<sup>しんしゅう</sup>の覚心和尚<sup>はじ</sup>が、中国<sup>い</sup>の宋<sup>そう</sup>から帰<sup>き</sup>国<sup>こく</sup>後<sup>ご</sup>、<sup>つく</sup>みそ<sup>かた</sup>の作<sup>つた</sup>り方<sup>しんしゅう</sup>を伝<sup>はじ</sup>えたこと<sup>い</sup>が、信州<sup>しんしゅう</sup>みそ<sup>はじ</sup>の始<sup>い</sup>まりと言<sup>い</sup>われ<sup>い</sup>ていま<sup>い</sup>す。戦<sup>せんごくじだい</sup>国時代<sup>たけだしんげん</sup>には、武田<sup>いくさ</sup>信玄<sup>む</sup>が戦<sup>みちぞ</sup>に向<sup>だいす</sup>かう道<sup>つく</sup>沿<sup>つく</sup>いに大豆<sup>ひろ</sup>を作<sup>つく</sup>らせ、みそ作<sup>つく</sup>りを命<sup>めい</sup>じたこと<sup>いっそう</sup>で、より一<sup>つく</sup>層<sup>ひろ</sup>みそ作<sup>つく</sup>りが広<sup>ひろ</sup>まったそう<sup>い</sup>です。