

1月 えいようのはなし

四街道市学校栄養士会
(低学年)

そだて！げんきなよつかいどうっこ

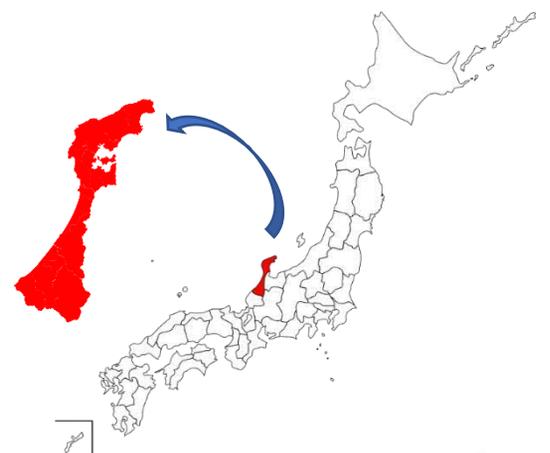
 たべものでりょこうきぶん 

いしかわけん

★にほんかくちのきょうどりょうりをしろう★

いしかわけんは にほんの ほぼまんなかにある ほそながいかたちの けんです。

こんげつは いしかわけんでとれる おいしいたべものについて しょうかいします。



こめ やさい

いしかわけんは こめを たくさん つくっています。また 「かがやさい」という やさいが つくられています。あざやかなあかむらさきいろの はっぱの 「きんじそう」や ねばりがつよい 「かがれんこん」 ふとさが6~7cmある 「かがふときゅうり」などがあります。



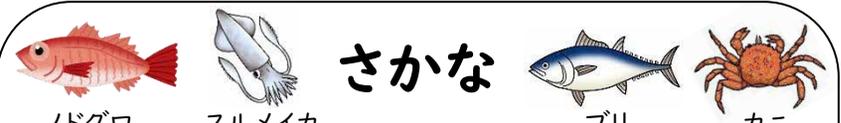
きんじそう



かがれんこん



かがふときゅうり



ノドグロ スルメイカ

ブリ

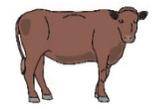
カニ

いしかわけんは 69 かしょ さかながとれるところがあります。ノドグロ スルメイカ ブリ カニ エビなどがとれます。



エビ

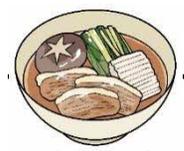
にく



とてもおいしい「のとうし」がそだてられています。1ねんかんでそだてられるかすがすくないため「まぼろしのブランドうし」といわれています。

いしかわけんの
おすすめグルメ

じぶに



じぶには カモノにくに こむぎこをつけて にた いしかわけんの きょうどりょうりです。「すだれふ」という 「ふ」や きせつのやさいを あわせてにます。

こんげつは よつかいどうしの すべてののがっこうで きゅうしょくふうに アレンジした「じぶに」が とうじょうします。おたのしみに♪

~こんげつのじばさんぶつ~



こめ やまといも さといも さつまいも にんじん れんこん はくさい だいこん ながねぎ はねぎ ごぼう しょうが きくらげ

育て！元気な四街道っ子  食べ物で旅行気分 

石川県

★日本各地の郷土料理を知ろう★

石川県は、中部地方にあり、本州のほぼ中央部に位置します。南北に細長いことから「加賀」と「能登」に分けられます。「加賀」は肥沃な平野と潤沢な水を利用し、米どころとして知られ、「能登」は三方を日本海に囲まれているため、海の幸が豊富です。また、城下町金沢には、百万石の伝統が色濃く受け継がれています。



今月は、石川県のおいしい食べ物について紹介します。

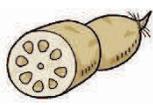
農業

石川県は、米の生産が盛んで、主な品種としては「コシヒカリ」、「ひやくまん穀」、「ゆめみづほ」が生産されています。野菜では、すいか・大根・トマト・さつまいも、果物では、梨・ぶどうが生産されています。

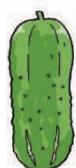
また、石川県には特産品とされている「加賀野菜」があります。鮮やかな赤紫色の葉をした「金時草」や、粘りが強いのが特徴の「加賀れんこん」、太さが6~7cmある「加賀太きゅうり」などがあります。



金時草



加賀れんこん



加賀太きゅうり

水産業



ノドグロ

長い海岸線をもつ石川県は、南からの暖流と北からの寒流が交わる好漁場で、69の漁港があります。

ノドグロ、スルメイカ、ブリ類、カニ類、エビ類

などがとれます。



スルメイカ



ブリ

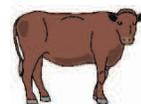


カニ



エビ

畜産業



年間の出荷頭数が少なく「幻のブランド牛」といわれる「能登牛」が育てられています。肉質がきめ細かく、脂肪の質がよい和牛として高く評価されています。牛肉のやわらかさや食感などに影響を与えるオレイン酸が多く含まれているのが特徴です。

石川県の
おすすめグルメ

じぶに 治部煮



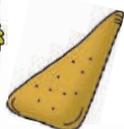
治部煮は、カモの肉に小麦粉をつけて煮た、石川県の郷土料理です。「すだれ麩」という「麩」や、季節の野菜も合わせて煮ます。治部煮は、「豊臣秀吉の家臣の岡部治部右衛門が朝鮮から伝えた」、「江戸時代に、高山右近という人が宣教師から教わったポルトガル料理が日本風になった」、「『じぶじぶ』という、煮ている音」などからその名前がついたといわれています。

今月は、四街道市の全ての小・中学校で、給食風アレンジした「治部煮」が登場します。お楽しみに♪

~今月の地場産物~



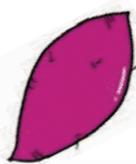
米



やまといも



りいも



さつまいも



にんじん



れんこん



白菜



大根



長ねぎ



葉ねぎ



ごぼう



しょうが



きくらげ