

にほん あじ  
日本の味めぐり



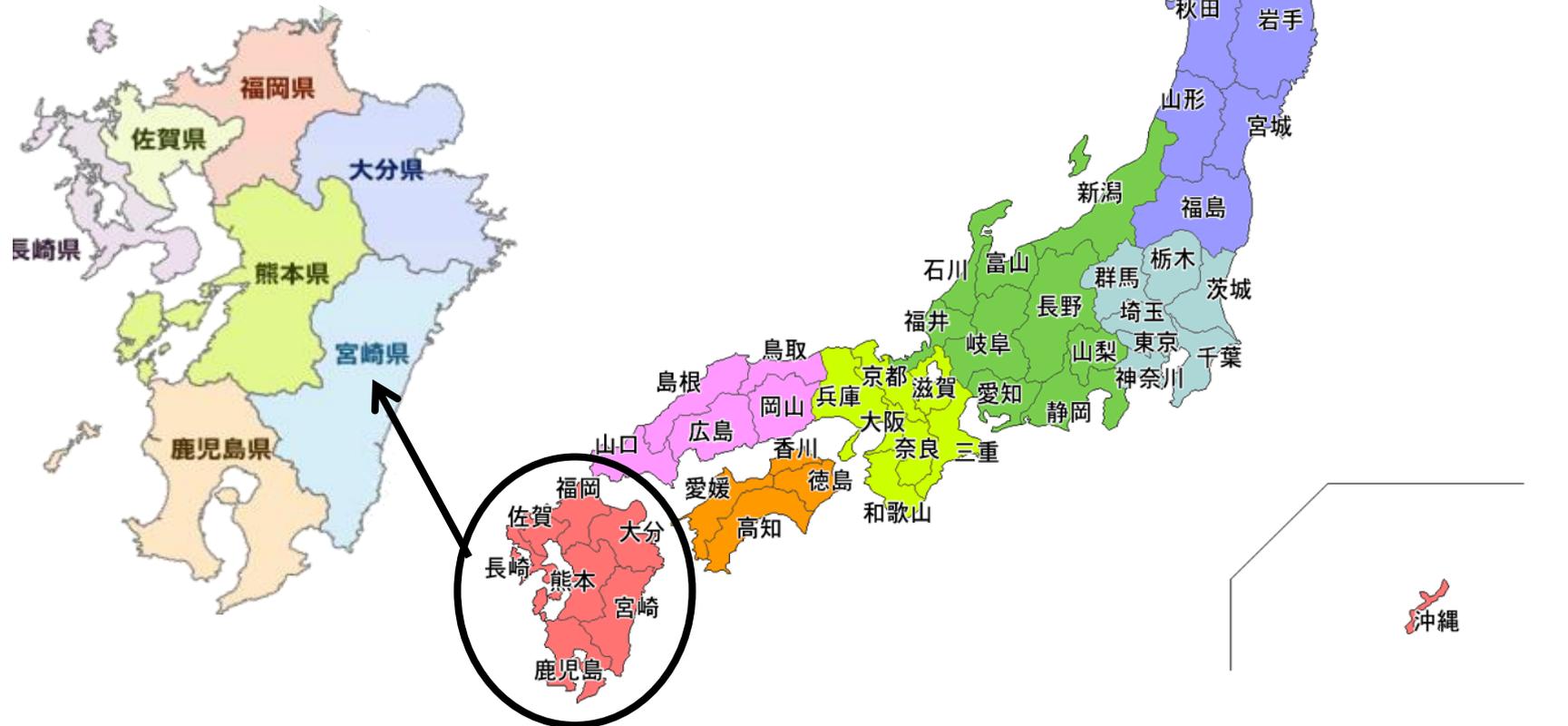
がつとおか きん  
2月10日(金)

みやざきけん

# 宮崎県とは？

きゅうしゅうちほう

- 九州地方にあります。



きゅうしょく      ちゅう もく

給食に注目！！



2月10日（金）

みやぎけん



ハンエッグ  
タルタル  
ソース

チキンなんばん



ごはん

こまつなの  
みそしる

大



なんばんは、からあげとはちがうのかな？



# チキン南蛮<sup>なん ばん</sup>

ようしょくてん

・もともとは、洋食店でのもかかないとし

て作られていました。「南蛮<sup>なんばん</sup>」とは昔、<sup>むかし</sup>

日本<sup>にほん</sup>に来たポルトガル人<sup>じん</sup>や、その文化を<sup>ぶんか</sup>

表<sup>あらわ</sup>す言葉<sup>ことば</sup>です。「南蛮<sup>なんばん</sup>づけ」はとうがら

し<sup>はい</sup>が入<sup>あま</sup>った甘酢<sup>ず</sup>に食<sup>た</sup>べ物を<sup>もの</sup>

つけこむ料理<sup>りょうり</sup>です。



みやざき けん

宮崎県には、

りょう り

どんな料理があるのかな？



# ひ じる 冷や汁

のう か ひと あつ なつ むぎ  
・農家の人たちが暑い夏に、麦ごはんにみ  
そをのせ、そこに水をかけて食べたことが  
はじまりです。農家の人たちが暑い中、  
じ かん しょくよく た  
時間や食欲がないときにも、さつと食べら  
れて、栄養もとれるように  
く ふう かんが りょうり  
工夫されて考えられた料理  
です。



# かつぽどり

みやざきけん  
・宮崎県のある地域では、竹のことを「かつ  
ちいき たけ  
ぽ」といいます。竹の中に水を入れて水と  
たけ なか みず い すい  
うがわりに使うことがあります。竹の中に  
つか たけ なか  
水を入れるときに「かつぽかつぽ」と音がす  
みず い おと  
るため、この名前がついています。「かつぽ  
な まえ  
どり」は、竹を器がわりに  
たけ うつわ  
して、とり肉や野菜を蒸した  
にく やさい む  
りょうり  
料理です。



# さかな 魚ずし

・さば、あじなどを<sup>つか</sup>使って<sup>つく</sup>作られる「**すがたずし**」です。もともとは、<sup>し</sup><sup>こく</sup><sup>ち</sup><sup>ほう</sup><sup>つく</sup>四国地方で作られていた「**すがたずし**」を<sup>みやざき</sup><sup>けん</sup><sup>き</sup><sup>ひと</sup>宮崎県に来た人が<sup>つた</sup>伝えたとも<sup>い</sup>言われています。さば、あじ



などの<sup>さかな</sup>魚を<sup>す</sup>ひらき、酢につけこんで、それをごはん  
にのせたおすしです。

# ざる汁

・ごぼう、だいこん、にんじんなどの根菜類  
の野菜を「ざるざぶと」お鍋の中に入れて  
煮ることから、この名前がついています。  
ここに入れる野菜は、宮崎県でとれたもの  
ばかりを使うことが多いです。栄養まんて  
んなので、宮崎県の給食でも  
出ているそうです。



# ほかにも、

みや ざき けん

# 宮崎県にはいろいろな

# おかしがあります



たか ち ほきょう  
高千穂峡



あおしまじんぐう  
青島神宮

# ふたたびだんご

・もち米と小麦粉をまぜ合



せてこね、そこによもぎの新芽を入れて蒸  
します。「ふたたびだんご」という名前にあ  
るように、もう一度おもちをつき、こねてし  
あげます。こうすることで、よりやわらかく、  
ふわつとした食感になるそうです。

# いりこもち

・炒<sup>い</sup>ったもち米<sup>ごめ</sup>から作<sup>つく</sup>られることから「いりこもち」という名<sup>な</sup>前<sup>まえ</sup>がついています。江戸<sup>えど</sup>時代<sup>じだい</sup>から伝<sup>つた</sup>わっているおかし<sup>こ</sup>で、子どもの成長<sup>せいちょう</sup>をねが<sup>きんじよ</sup>って近所<sup>きんじよ</sup>にくばられていました。

いま<sup>いま</sup>は、お盆<sup>ぼん</sup>のおそなえやおやつ<sup>た</sup>としても食<sup>た</sup>べられています。



みやざき けん きょうど りょう り  
宮崎県の郷土料理や

た もの  
食べ物について、

よくわかりましたか？



ねがいがかなうクルスのうみ

み かなう  
よ〜く見ると「叶」という  
じ  
字になっていますよ！

さいご  
最後まで見てくれて

あいがとぐわした

(ありがとうございました)!

あば (あたらしい) メニューの

チキンなんばん、

てげ (とても) おいしそうねー!



けん  
みやざき犬