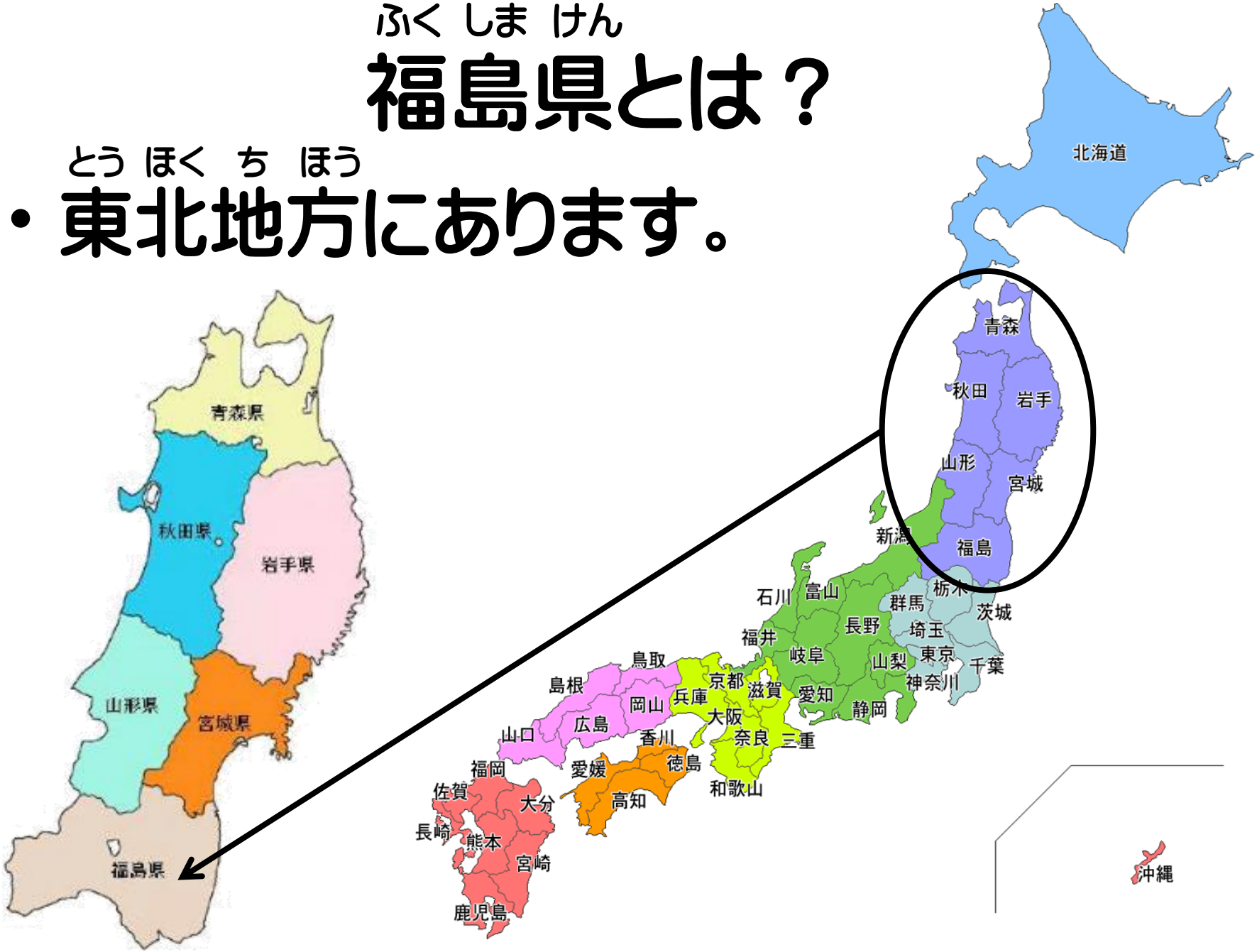
日本の味めぐり

3月10日（金）

（参照）「うちの郷土料理」「Google福島県観光」「全国町村会　福島県ご当地キャラじまん」

ふくしまけん
福島県とは？

とうほくちほう
- 東北地方にあります。



きゅうしょく　　ちゅう　もく

給食に注目！！

３月１０日（金）

ふくしまけん

ひきないり

いなかみそしる

大

ひきないりにはなにがはいっているのかな？

今日(きょう)は、茨木市(いばらきし)の見山(みやま)の郷(さと)で
作(つく)られた「イバゴマ」が
入(はい)っていますよ！

ひきないり

・「ひきな」とは「千切りにした大根」を意味する福島地方の言葉でその「ひきな」を炒めたものが「ひきないり」で、福島県の郷土料理です。寒い冬の保存食として作られていたそうです。

今日は、大根・にんじん・ピーマンが入っています。

サンマのポーポー焼(や)き

・福島県(ふくしまけん)では新鮮(しんせん)な魚(さかな)がたくさんとれ、秋(あき)は特(とく)にサンマがたくさんとれます。サンマを細(こま)かくして、ハンバーグのように丸(まる)めて焼(や)いたものです。サンマを炭(すみ)で焼(や)くときに火(ひ)がポーポーと燃(も)えるので「ポーポー焼(や)き」といいます。

こづゆ

・福島県(ふくしまけん)には「会津(あいづ)ぬり」という器(うつわ)があり、その中(なか)でも浅(あさ)い小(ちい)さい器(うつわ)に盛(も)られたものを「こづゆ」といいます。「こじゅうのつゆ」がなまって「こづゆ」になりました。

貝(かい)のおだしにきくらげ・わらび・さといもなどが盛(も)りつけられたものです。

会津ぬり

・会津ぬりの特ちょうは、縁起のいい模様やはなやかなものです。江戸時代は、黒、朱（赤）、青（みどり）が使われていましたが、近代になり、赤茶、オレンジなどになりました。

鯉こく

・福島県では鯉がよくとれます。福島県でとれる鯉は臭みがなく、水々しいので、さしみとして食べられることもあります。鯉こくは、とうふ、ねぎなどを煮込み、みそで味つけしたものです。だしに鯉のうまみが入り、身も心も温まるそうです。

福島県(ふくしまけん)にはえごまをつかったおかしがあります

えごまは福島県(ふくしまけん)でよく作(つく)られています。

えごまは栄養価(えいようか)が高(たか)く、えごまを食(た)べると十年長生きする(じゅうねんながい)と言(い)われているため、「じゅうねん」と呼(よ)ばれています。

しんごろう

・えごま（じゅうねん）をすりつぶし、さとう・みそなどとまぜて「じゅうねんみそ」を作り、つぶしたごはんにぬって焼いたものです。昔、しんごろう少年がお正月

におもちを食べられず、ごはんをつぶして焼いて食べ、おいしかったことからこの名前がついたそうです。

じゅうねんぼたもち

・もち米を食べやすい大きさに丸めたものに、炒ってさとうとからめたえごま（じゅうねん）をまぶしたものです。あんこやきなこで包むことが多いぼたもちですが、えごま（じゅうねん）で包んでいて、ごまの香りがします。

ふくしまけん　きょうどりょうり
福島県の郷土料理について、

よくわかりましたか？

りょうりいがい
料理以外のことも、

しら
ぜひ調べてみましょう！

このクラスで食(た)べる

きゅうしょくもあと少(すこ)しで

だんじに(だんだんと)

さびしくなるね。

きょうもありがとない！(ありがとう)

ごっつぉさん！！(ごちそうさま)

んだべぇ