

# 給食だより



平成23年10月

与野本町学校給食センター

残暑が長く続き、肉体的にも辛い日が続きましたが、10月に入り吹きわたる秋風がさわやかに感じられます。過ごしやすくなった秋は、スポーツ、芸術、読書、そして味覚を十分に楽しめる季節です。自然の恵みに感謝し、地域に育まれた食文化を大切に、子どもたちへ伝えていきたいと思ひます。



給食では、毎月1回郷土料理を取り入れていきます。10月は近畿地方の奈良県です。

## 奈良県

10月13日(木)

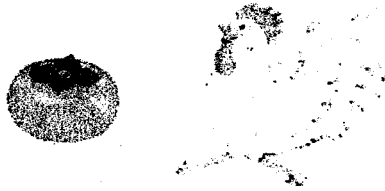
- ・白飯
- ・かしわのすき焼き
- ・柿なます
- ・くず餅風ゼリー

奈良県は、本州中西部、紀伊半島内陸部、近畿地方の東部に位置する県。県庁所在地は奈良市。北西部の盆地地域を除き険しい山がそびえています。奈良県の3分の2近くの面積を占める森林地帯である吉野地区は、吉野町の千本桜が有名で、春には多くの観光客が訪れます。また、世界遺産の大峯奥駈道・熊野古道(小辺路)もあり、山岳信仰の霊地として古くから多くの信仰を集めています。

奈良県では、10月の中旬に天神さま(菅原道真公)の冥福を祈るため、秋祭りが行われます。天神さまの守護物が牛であるため、牛肉の代わりに鶏をつぶしてかしわ(とり肉)のすき焼きを作って振舞われています。柿は、奈良県の特産品です。また、奈良県の吉野でとれるくず粉は「吉野葛(よしのくず)」といわれ、良質で高価なものです。



奈良県の柿は、全国第2位の生産量を占め、産地に後継者が多いのが特徴です。刀根柿(とねがき)は、『渋柿の王様』と呼ばれ、平核無柿の早生種で奈良県が発祥の地。甘柿は渋柿の突然変異種と考えられており、日本特産の品種です。渋柿の果肉ではタンニンが水溶性で渋みが強いため生食できず、渋柿を食用にするには果肉が軟らかくなった熟柿(じゅくし)になるのを待つかタンニンを不溶性にする渋抜き(湯やアルコールで渋を抜くこと)をしておきます。



### 『かしわのすき焼き』 10月13日(木)の給食から

〈材料〉4人分

- A 鶏もも肉(2cm角) 180g  
 酒 小さじ1  
 焼き豆腐(2cm角) 160g  
 ねぎ(斜め切り) 40g  
 人参(厚めイチョウ切) 40g  
 白菜(ざく切り) 160g  
 干し椎茸(スライス) 4g  
 白滝(カット) 80g  
 油 小さじ1強  
 砂糖 大さじ1・1/2  
 醤油 大さじ2弱  
 みりん 小さじ1弱

〈作り方〉

- ① 干し椎茸は洗って水に戻し、戻し汁は取っておく。
- ② 白滝は熱湯でさっとゆがいておく。
- ③ 鍋に油を敷き、鶏肉に酒を振りながら肉を炒める。
- ④ ①の干し椎茸、人参を炒め、白菜、白滝、焼き豆腐、ねぎと①の戻し汁を加えて、アクをったら調味料を加えて煮込み出来上がり。

※材料の他に、えのきだけやしめじを加えたりします。

