



# くらよし 食育だより

くらよし



まいつき にち しょくいく ひ  
～毎月19日は食育の日～



令和4年2月発行

倉吉市教育委員会 学校給食センター

2月3日は「節分」です。「節(季節)を分ける」の意味から、各季節(立春、立夏、立秋、立冬)が始まる前日のことをいいます。今年は2月4日が「立春」です。春になると幸せが訪れるよう、病気や災いを払うための儀式として、節分にも様々な行事や風習が今に伝えられています。暦の上ではもう春ですね。



## きょうど りょうり し 郷土料理を知ろう

郷土料理とは、その土地ならではの食材や調理方法で作られ、地域の伝統として受けつがれてきた料理です。今回は鳥取の郷土料理を紹介します。

### いぎす



「えごのり」とも呼ばれる「いぎす草」を、乾燥しもどして、とろ火で煮とかし、容器に入れて固めた料理で、自然に固まる寒天やとろ火と同じ原理の料理です。酢味噌や辛子じょうゆ、生姜じょうゆでいただきます。冠婚葬祭には欠かせない料理の一品です。いぎす草は、県中部から西部の海岸べりにある石に、春繁茂する海藻です。

見た目は羊羹のようですが、口に入れると海の豊かな香りが広がり、独特の食感が楽しめます。

### どうふ こも豆腐



にんじんやごぼうを彩りよくはさんだ豆腐を、わらに包んでゆでて作ります。わらの香りが豆腐に移り風味よく、また、わら一本一本の筋が豆腐に付いて独特な形に仕上がります。(こもとは、粗く織ったわらのむしろのことです)冠婚葬祭や祭り、法事など、特別な日には欠かせない倉吉市など中部の伝承料理の一品です。かつては共同の「豆腐小屋」があったそうで、豆腐をたくさん作ることができたので、その楽しみ方の一つとして生まれたのが薦豆腐だという説もあります。

## とっとりけん ちゅうぶ ちく がっこうきゅうしょく あじ ～鳥取県 中部地区「学校給食」味めぐり～



中部地区4町で人気の献立を食べてみたいという声を受け、中部地区のそれぞれの町の栄養士さんに人気の献立を尋ねてみました。(今月は北栄町の献立です。)

★ 2月10日(木)

北栄町の学校給食で人気の献立「砂丘ながいものミルクスープ」が登場します。北栄町では、砂地をいかしたながいもの栽培が盛んです。ながいもには、「砂丘ながいも」と「ねばりっこ」がありますが、どちらのながいももおいしいですね。お楽しみに！