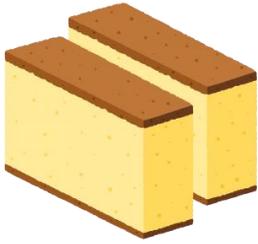


# 献立ひとくちメモ

9月26日(木)



長崎県のお話です。

日本の最西端に位置する長崎県は鎖国時代、唯一の貿易港を持ち、海外との交流の中で独特の食文化を築いてきました。

浦上そばろとは、長崎県の浦上地区で生まれた料理で、野菜をたっぷり使った炒め料理です。

つぼ汁は肉や魚など動物性食品を使用しない精進料理です。地域によって食材はさまざまですが、とうふ、ごぼう、こんにゃく、しいたけなどを細かく切り、しょうゆや塩で味付けしたシンプルなすまし汁です。

カステラは、室町時代にポルトガル人が長崎に来航し、スペインに古くからある「カスティラ」というパンをお土産として渡したのがきっかけで、日本に伝わりました。そして、菓子職人達が何度も改良を重ね、いまのカステラが誕生したといわれています。