

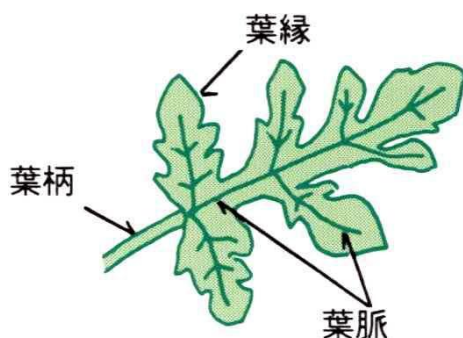
献立ひとくちメモ

9月26日(金)



長野県の郷土料理が登場します。

野沢菜（のざわな）とは、野沢温泉村で栽培されてきた長野県の代表的な特産品です。
葉柄（ようへい）の部分を漬物として利用することが多く、日本三大漬物のひとつに数えられています。



※日本三大漬物…広島菜漬、野沢菜漬、高菜漬

おやきも長野県のソウルフードです。小麦粉やそば粉を使った生地に、野沢菜やきのこなどを包んで焼いたもので、縄文時代から食べられてきました。蒸す、揚げるなどの調理法もあるようです。給食では、かぼちゃをペースト状にして丁寧に包みました。調理員さんが早朝から生地を練って作ってくれたので、感謝して食べましょう。