

献立ひとくちメモ

2月27日（金）



ししじゅうしい（ししじゅうーしー）
は沖縄県の郷土料理で、豚肉（しし）
と昆布を使った炊き込み（混ぜ）ごはん
のことです。豚肉のうま味成分「イノシン酸」
と昆布のうま味成分「グルタミン酸」があわさり、
おいしさが倍増です。

サーターアンダギーは、沖縄県の伝統のお菓子
です。「砂糖天ぷら」とも呼ばれています。黒糖、
ごま、紅芋などいろいろな味があります。

【沖縄県の方言】

- ・ しし…豚肉
- ・ じゅうしい…炊き込み／混ぜごはん
- ・ サーター…砂糖
- ・ アンダ…油
- ・ アギー…揚げ