

# 9月 佐賀県献立



- ・ごんぼ飯
- ・かけあえ
- ・うったち汁
- ・冷凍みかん



佐賀県は、北に玄界灘、南に有明海、中央にそびえる脊振山系、ふもとに広がる佐賀平野など恵まれた地形から、「有明のり」「むつごろう」「佐賀牛」などたくさんの特産物があります。

また、佐賀県には日本最古の稲作の跡である唐津市の「菜畑遺跡」や、弥生時代の大規模な稲作が行われた「吉野ヶ里遺跡」が発見されていて、「日本の稲作の原点は佐賀にあり」といわれています。

## <ごんぼ飯>



佐賀県の藤津・鹿島地区で昔からお祝いの時に食べられていた郷土料理で、ごぼうや鶏肉などを甘辛く煮た炊き込みご飯です。

ごぼうは、主に日本で食用として栽培しています。独特な香りとうみがあることから、外国では食べられていないようです。

## <かけあえ>



季節の野菜と、魚介類を酢みそで和えた郷土料理です。本来は、大根が旬の冬場の季節料理で、大根をおろし、その汁をみそや酢と合わせてうま味を生かして作ります。

給食では、佐賀県・呼子で有名な「イカの活き造り」から、魚介類にイカを使用しました。

## <うったち汁>



平安時代の女流歌人、和泉式部が都へ旅立つときに、養父母が「うったち汁」を食べさせて見送ったという伝説の料理です。「うったち」とは、佐賀県・塩田の方言で、「旅立ち」という意味です。今でも塩田では、就職や結婚で家を出る子どもにこの料理を食べさせる習慣が残っているそうです。

通常、クジラの脂身を使いますが、食べやすいように豚肉が使われることもあるそうです。給食でも豚肉を使用しました。

## <冷凍みかん>



佐賀県は、ハウスみかんの生産量が全国の中でも多い県です。

みかんには、ビタミンCやクエン酸が含まれており、疲労回復に効果的です。まだまだ残暑の厳しい9月にもぴったりですね。