

「和食給食」

和食は日本の素晴らしい文化のひとつです。この「和食」のよさを知ってもらうために、今日は、プロの料理人が考えた和食の献立が登場します。いわき市の和食料理店「田町平安」の鈴木伸明さんが、昨年度に引き続きいわき市の子どものために献立を考えて下さいました。「みなさんに和食を好きになってほしい。」という鈴木さんの思いが込められた「和食給食」を市内の小中学校で実施します。



和食料理店「田町平安」
鈴木伸明さん



おしながき
ごはん
牛乳
さわら
香りあげ
お煮しめ
かぶの
白みそ仕立て
〜香りゆず〜
いわきなしの
コンポートゼリー



海外からも注目!

WASHOKU

和食が世界遺産に登録されたこともあり、栄養バランスのよい和食は健康食であるとして、近年、海外でも関心が高まっています。

和食のすばらしさについて、みなさんも再確認してみませんか?

まずは、「食べて味わう」ところから始めてみましょう。



副菜

主菜

主食

汁物

おもてなしの心

和食には、

食べる人を思いやる

作る人に感謝する

などのおもてなしの心が込められています。

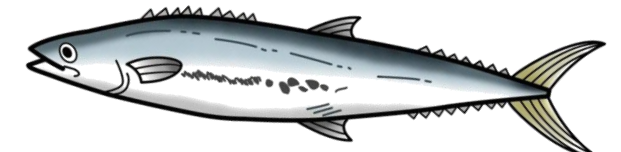
また、気持ちよく食べることができるように食器や室内を整えること「しつらえ」を大切にしています。

味だけでなく食べる空間を大切にすることも、おもてなしのひとつですね。

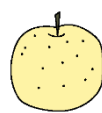
お煮しめ
お客さんが来たり、人が集まるときのおもてなし料理として作られる「お煮しめ」。材料や切り方、味付けなど、それぞれの家庭に昔から食べ継がれているお煮しめがあります。給食では、いわき市産のさやいんげんを使い、彩りよく仕上げました。



さわら
香りあげ
さわらは、和食によく使われる白身魚です。味と香りを楽しむためにさわらの衣に「青じそ」を使用しました。食べたときにはほのかに感じる青じその香りをお楽しみ下さい。



いわきなしの
コンポートゼリー
いわきで作られた「サンシャインいわき梨」を甘く煮てコンポートにしたものをすりつぶして、ゼリーにしました。食事のしめくくりに秋のデザートをどうぞ。



かぶの白みそ仕立て
〜香りゆず〜
昆布とかつおだしに白みそがよく合う一品となりました。くし形に切った野菜がかぶです。白みそは、京都などの西日本でも好まれて食べられている甘みのあるみそです。吸い口に「ゆず」を散らしています。やさしい甘みと香りがおいしい汁物です。



※ 吸い口・・・汁物に香りを添えるため、少量浮かべるもの。

おしなげ
ごはん
牛乳
さわらの
香りあげ
お煮しめ
かぶの
白みそ仕立て
〜香りゆず〜
いわきなしの
コンポートゼリー

