

11月 駒っ子給食だより

あき 秋はおいしいものがいっぱい♡
はん ご飯がたくさん食べられる～。



教室掲示用 あるぷすキッチン

こんげつ こま こきゅうしょく ふくしまけん にほんまつし きょうどしょく
今月の駒っ子給食は福島県二本松市の郷土食「ざくざく」と地元産の「しいたけ」と「だいこん」を紹介します。

11月27日(水)の献立

- のさわな 野沢菜ごはん
- おもてなし牛乳
- ざくざく (二本松市の郷土食)
- さかな さいきょうや 魚の西京焼き
- しお 塩こんぶあえ



ほん だいこん そだ はたけ
2500本の大根が育っている畑
(9月2日に種をまいた畑)



ふか つち たがや
深く土を耕して
ふかふかな土にして
いるんだって!!

ふくしまけん にほんまつし
福島県二本松市
きょうどしょく
郷土食

ざくざく



「ざくざく」ってなに?

「ざくざく」は駒ヶ根市と友好都市の福島県二本松市の郷土料理です。たくさんの具材を「ざくざく」と*さいの目に切って作られる伝統的な汁ものです。昔から冠婚葬祭など特別なときに食べられてきました。

具材やだしは、地域や家庭によって違いがあり、いろいろな「ざくざく」を楽しむことができるそうです。今日は、二本松市の郷土食を味わってみましょう!
*さいの目は、サイコロのような角切りのことです。



菌床の中まで温度管理します



出始めた小さなしいたけ

豊かな自然に囲まれた場所で、青年海外協力隊で活動した皆さんと障害のある皆さんと一緒に育てている「しいたけ」です。ふつうは、上と横からしいたけが生える栽培が多いのですが、工夫して上からだけ「しいたけ」が育つようにしているそうです。そうすると、大きくなりっぱなし「しいたけ」ができます。きのこの菌が植え付けられた「菌床」を1つのコンテナルーム(キノコの育つ部屋)に1150個並べて、温度と湿度を管理して、1ヶ月ほどすると小さなしいたけが出てきます。4つのコンテナルームは、時期をずらして育てられていて、1日に収穫される「しいたけ」は10kg~多い日には100kgだそうです。菌床は約6ヶ月で収穫が終わりです。その後、しいたけを採り終えた菌床は1年間寝かせて、土にしています。

8月22日と9月2日に、大根の種をまきました。今年はいつまでも暑かったし、雨が降らない日が続いた時もあったので、8月22日にまいた大根は、外側だけが大きくなり、穴の空いた大根が多くて本当に残念です。8割くらいの大根がダメになってしまった。今までは、こんな事はなかったんだよ。暑さに強い「夏大根」の種をまいた方がよかったのかもしれない。そして、急に寒くなってきた。寒すぎても大根は育たないので、種をまく時期を見極めることも大事です。

成長中のしいたけは
毛羽立っているよ!



成長したしいたけは
つるんとしている!



小出さんは、大根を育てるプロ中のプロです。大きくて、甘くて、すぐに煮える、とても美味しい大根を育ててくれます。長い間、大根を育てている小出さんでも、予測ができないほど

今の気候が変わってきているのです。最近ニュースで、キャベツが大きくなりすぎて割れてしまい、多くのキャベツが出荷できなくなった。すごくキャベツの値段が高くなって困ったということがありました。また、海の水温が高くなってしまい、かにやえびなどが死んでしまったり、魚がとれなくなったりしている話もあります。お米の値段も、とても高くなっていますね。日本の食料自給率は、とても低いので、これからも心配が続きます。地球温暖化がこれ以上ひどくならないように、わたしたちにできることを考え実行してみよう!

こいで のりお
小出 憲男さん

