

5月 駒っ子給食だよ!



伝えていこう
地域の食文化



5月の駒っ子給食は、郷土料理の「五平餅」を紹介します。

- 5月18日(木)の献立
- ごまだれ五平餅
 - すまし汁
 - かつおのフライ
 - かおりあえ
 - 牛乳

今年も小学一年生に入学のお祝いとして、五平餅をJA上伊那さんと鈴平さんからいただきました。ありがとうございます。感謝していただきましょう。

きょうどりょうり 郷土料理ってなに?

その土地でとれる、野菜、魚、肉などの食材を使って、その土地の風土にあった食べ物としてつくられ、食べられてきたもの。歴史や文化、あるいは食生活とともに受け継がれている料理のこと。

知っていますか?
長野県の郷土料理

郷土料理は地域の風土にあわせて作られ、食べられてきたので、地域ごとに様々な料理があります。とくに長野県は南北に長いので、南のあたたかい地域ではお米を使った郷土料理があり、寒くてお米が育ちにくかった北の地域では「粉食」つまり小麦粉やそば粉を使った郷土料理が伝えられてきました。長野県の郷土料理を地域ごとの表にしてみました。みなさんの知っている郷土料理はいくつありますか?



伊那谷の郷土食の横綱「五平餅」

伊那谷の郷土食といえば「五平餅」ですね。五平餅は伊那谷や木曾、下伊那地域に伝わる「ハレの日」の郷土料理の一つです。炊いたご飯をつぶして串につけ、ゴマやクルミの入ったみそをぬって火であぶります。伊那谷では、竹串に円形が2つついた「だんご五平」、木曾地域では杉の板にわらじ型につけた「わらじ五平」やまん丸の団子状の五平もちがあります。下伊那の阿南町では、御幣の形をしたものもあり、同じ五平餅でも、地域や家ごとで形や味に違いがあります。おもしろいですね。みなさんのお家では五平餅を作りますか?どんな味ですか?昔から伝わるふるさとの味を伝えていきたいですね。



伊那市の鈴平さんに今年も五平餅を作っていただきました。



五平餅は五平さんがご飯を潰して味噌をつけて焼いて食べたのが始まりとする説と、形が神道において神に捧げる「御幣」の形をしていることからこの名がついたという説があります。タレは地方毎に様々で、甘味噌にごま・くるみ・エゴマなどが入ったりします。山椒や柚の皮を入れる地域もあるんですよ!

長野地域

- おぶっこ・つぶつぶ・ひんのべ (すいとん)・たけのこ汁・シンギスカン・大根けすり・おおびら・おとうじ・塩いかの酢の物・ひたしめめ・にらせんべいなど

長野県全域

- おやき・野沢菜漬け・信州そばなど

中野・飯山地域

- 笹寿司・いもなます・根曲がり竹の汁・あんぼ・やたらづけ・野沢菜炒め・えご など

上田・小諸地域

- すいとん・こねつけ・にじますのからあげ・美味だれ焼き鳥・塩いかの酢の物 など

佐久地域

- おにかけ・フナの甘露煮・花豆おこわ・鯉料理・煮こじ・こねつけ・はりこしまんじゅう など

諏訪地域

- 塩いかの酢の物・のたもち・天よせ・かりん寒天・寒のうなぎ・わかさぎのからあげ・しみ豆腐の卵とじ・粕汁・かきひきだいこん・鉄火みそ・みそ天丼・糸うりの酢の物・ばら寒天の酢のもの・あぶらえのおはぎ など

大北地域

- たけのこ汁・山菜料理・セタまんじゅう・おおびら・凍み大根の煮物・えご・塩いかの酢の物・おひょっくり・灰ころがし(おやき)・やしろうま・鉄火汁・うすやき(こねつけ) など

塩尻・松本・安曇野地域

- 山賊焼・かぼちゃだんご・セタほうとう・おてっか・切昆布の煮物・味噌パン・塩いかの酢の物・ニジマスのつぶら揚げ・セタまんじゅう・やしろうま など

木曾地域

- そまびと汁・五平もち・すんき漬・すんき汁・すんきそば・おおびら・朴葉巻き・からすみ など

下伊那地域

- 五平もち・大汁(お年取り汁)・お煮合い・おつめり(すいとん)・おさなぶり(きなこめし)・鉄火みそ(油みそ)・ねぎダレおでん・凍り豆腐の炒り煮・市田柿 ゆべし など

上伊那地域

- 五平もち・天ぷらまんじゅう・おだんす(すいとん)・のたもち・おからこ・大汁(お年取り汁)・ソースかつ丼・ローメン・イナゴの佃煮・塩いかの酢の物 など

ここにあるのはごく一部です。郷土料理はまだまだ他にもあるよ!調べてみてね。

