

10月28日(水)

沖縄の食文化

沖縄に伝わる料理は「琉球料理」と呼ばれています。

豚肉、とうふ、こんぶを使った料理がたくさんあります。



こんぶ



とうふ



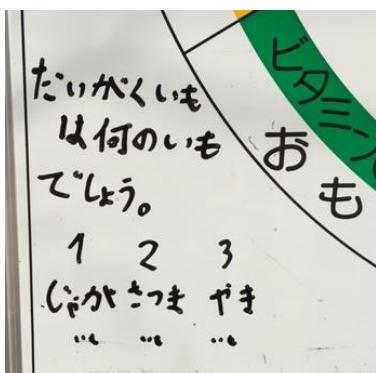
ソーキ汁はソーキ（豚のあばら肉）を
こんぶやだいこんなどと煮こんだ汁ものです。

クイズ20 沖縄では、こんぶがとれないので、昔、北海道のこんぶと交換したものは、
何でしょう。 ①にがうり ②マンゴー ③黒砂糖

一口メモ

○今日の副菜は「ソーキじる」です。ソーキじるは、
沖縄県の代表的な料理です。ソーキとは、ぶたの
ほねつきあばら肉のことです。

沖縄そばの具としたソーキそばが有名です。
給食では、よくゆでたぶたばら肉とにんじん、
だいこん、こんぶ、えのきたけをだしで煮て、
しょうゆ、みりん、しおで味つけし風味に白ねぎ
を入れました。



○昨日の健康委員会の当番の子たちがクイズを出題しています。

また、チャレンジしてください。「きのうの大学いものは、何のいもでしょう。」

1じゃがいも 2さつまいも 3やきいもです。

えのきたけ	長野県	たまねぎ	北海道	白ねぎ	北海道
にんじん	北海道	だいこん	青森県	もやし	ミヤンマー(工場:岡山)

ごみの分別□普通ごみ…牛乳ストロー、袋

きょうのこんだて

ごはん
ぎゅうにゅう
けいにくのゆずしおやき
ソーキじる
もやしとさんどまめのあますあえ

き	おもにエネルギーのもとになる ごはん、さとう
あか	おもにからだをつくる ぎゅうにゅう けいにく、ぶたにく きりこんぶ、けずりぶし
みどり	おもにからだのちょうしをととのえる たまねぎ、ゆず、だいこん にんじん、しろねぎ、もやし さんどまめ、えのきたけ



ソーキじる



ソーキそば

○沖縄料理には、こんぶをよく使います。

しかし、沖縄の海では、こんぶはとれません。

約300年ほど前に北海道からこんぶが入ってくる
ようになりました。北海道のこんぶと引きかえに沖縄
でとれる黒ざとうを渡していました。

クイズの答え：③