

知っちょる？

やまぐちけん きょうどりょうり

山口県の郷土料理

おうちの人と一緒に読みましょう。

山口県の郷土料理を子どもたちに伝えていくために、山口県学校栄養士会では、11月に「やまぐち郷土料理の日」を設け、県内の小・中学校の学校給食に郷土料理を提供します。



長府小学校では、11月10日（金）の給食に「けんちょう」
11月17日（金）には「いとこ煮」が登場します！
他にもたくさんの郷土料理があるので紹介します。

～けんちょう～

大根など旬の野菜と豆腐を炒めたものです。大鍋でたくさん作って作りおきをし、温めなおすごとに味がなじんでおいしくなります。



～ちゃがゆ～

お米をよく煮出したお茶で炊いて作ります。地域によって、番茶や豆茶、ほうじ茶などのお茶を使います。



～おおひら～

れんこんや里いもなどの新鮮な季節の野菜や、高野豆腐、鶏肉などのたくさんの具材が入った汁気の多い煮物です。



～なんぼんにくじらの南蛮煮～

鯨と野菜を味噌で煮込んで作ります。昔ながらの南蛮煮には、鯨の赤身の肉だけでなく、皮の部分も入っています。



～いとこ煮～

甘く煮た小豆と白玉団子が入った料理です。山口県内の各地で作られています。地域によって具材が変わります。



～ちしゃなます～

ちしゃの葉を手でちぎって三杯酢や酢みそで和えた料理です。ちりめんじゃこやいりこ、あぶったサバを入れる地域もあります。



郷土料理とは、人々の間で受け継がれ、地域に定着した料理のことを言います。その地域の食材を使用したものや独特の調理法で作られているもの、祭りや行事で食べられているものなどがあります。

山口県は三方を海に囲まれ、中央には山があり、豊かな自然にはぐくまれ多くの食材に恵まれています。室町時代には「西の京」といわれ華やかな大内文化が開花し、その後の毛利氏や明治維新の志士たちが刻んだ歴史や文化が浸透しています。その中で、城下町である萩や岩国に見られる殿様料理や、北浦の捕鯨文化など、特色のある食文化が生まれました。