

6月 アラメ新聞

発行日：平成29年6月16日 発行：隠岐支庁水産局

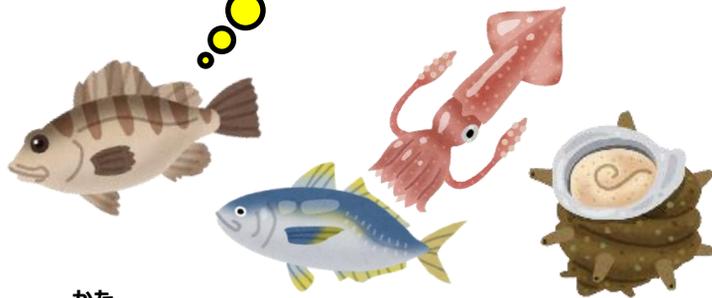
今月のふるさと給食で食べるのは「アラメ」です。アラメは水深2~3メートルの浅い場所や港に生えている海藻です。隠岐では、昔からなじみのある海藻で、各家庭では郷土料理として食べられてきました。乾燥させることで、1年中食べることができ、島内のお土産屋さんでも観光客向けに販売されています。また、島内の料理屋さんでは、おいしい「あらめの煮物」がメニューの中に登場しています。私たちに身近な「あらめ」を今日の給食では、「あらめごはん」でいただきます。

藻場は海のゆりかご！？

海の中には、アラメなどの海藻がたくさん生えている藻場というところがあります。藻場は魚やイカが卵を産む場所、アワビやサザエなどの貝の住み家やエサになります。このことから、藻場は海のゆりかごと呼ばれます。



アラメの藻場(もば)



アラメの食べ方いろいろ

今日はあらめごはんを食べますが、アラメには色々な食べ方があります。例えば、味噌汁やサラダ、煮物にしてもおいしいです。乾燥したアラメが隠岐のスーパーに売っていますので、ぜひ料理してみてください。



乾燥(かんそう)アラメ



りょうり
料理すると・・・



みぞしる



サラダ