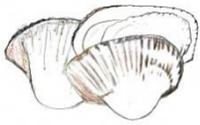


## 松江圏域

ご飯  
鯖の塩焼き  
柿とかぶの酢の物  
のっぺい汁





1班（松江）

### ○鯖の塩焼き

島根県は漁業が盛んに行われていて、島根県沖合で、さば、ぶり、あじなどがあがっていて、今回はサバを使った。

### ○柿とかぶの酢の物

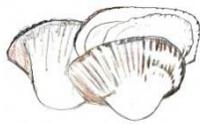
今回は普通のかぶを使ったが、島根県では冬にかけて旬を迎える地野菜「津田かぶ」が有名である。松江市周辺を中心に栽培されている赤かぶの一種。佐賀県の日野菜かぶを、松江市津田地域に移植したのが始まりだと言われている。

今回は富有柿を使用した。島根県では西条柿が有名でありミネラルを多く含んだ土壌と日当たりがおいしさの秘密となっている。

### ○のっぺい汁

のっぺい汁は新潟でも有名だが、島根県では、中海でよく赤貝がとれたことからのっぺい汁に赤貝を入れている。

新潟では里芋でとろみをつけるが、他地域では、片栗粉を入れる。汁が粘って餅のようであることから「濃餅」と表記し、粘り気があるという意味の「ぬっぺい」が訛って「のっぺい」と変わったといわれている。



1班（松

### ○感想

実際に松江圏域の料理を作ってみて、学校の授業でもさばの塩焼きを作ったことがあったので手早く作ることができました。講師の方と話しながら作ることで、その食材が松江で作られていたり、獲れるから松江の料理となっていることを知れたり、実際に食べることもできてとても貴重な経験になりました。余った食材を使用してメニューにない料理も作る体験もさせていただき、おいしく食べることができました。

### ○食文化を継承していくために、どうしたらいいか

郷土料理は手間がかかったり作ることが難しそうなど、良いイメージはありませんでした。しかし、地元の方々と調理実習を行うことで、今まで何気なく食べていたものが郷土料理のひとつであったり、日ごろからさっと作ることができるものもあることがわかりました。

小さいころから食育の授業を通して、地元の方と関わる機会があれば郷土料理をもっと身近に感じることができると思いました。

#### 参考文献・引用文献

<http://kyoudo.kankoujp.com/?p=172>

<http://www.pref.shimane.lg.jp/admin/seisaku/koho/photo/197/15.html>

<http://foodslink.jp/syokuzaihyakka/syun/fruit/kaki-Saijyo.htm>

<http://foodslink.jp/syokuzaihyakka/syun/fruit/kaki-Saijyo.htm>

<http://kyoudo.kankoujp.com/?p=172>

<http://www.pref.shimane.lg.jp/admin/seisaku/koho/photo/197/15.html>