

7月

宮城



7月の「食育の日」は宮城県です。たくさんの漁港があり、水揚げ量は全国屈指。海の食材が豊富です。

「おくずかけ」とは、お彼岸やお盆の時期に食べる精進料理で、具たくさんでとろみのある汁物です。宮城県の家庭料理としても食べられています。

豊かな漁場を持つ宮城県では、スズキやタイなどの魚が大量にとれ、その魚の保存方法として生まれたのが“焼きかまぼこ”です。笹の葉の形に似ていることから「笹かまぼこ」と呼ぶようになりました。給食では「笹かまぼこの磯辺揚げ」に調理しました。

三陸産のくきわかめを使用した「くきわかめのきんぴら」も取り入れています。宮城県の食べ物をおいしくいただきましょう。