

3月

長崎



3月の「食育の日」は長崎県です。

「長崎ちゃんぽん」は、明治時代に長崎県の中華料理屋が食べ盛りの中国人留学生のために、安くて栄養たっぷりの料理を食べさせてあげたい！と考え誕生しました。ちゃんぽんには「さまざまなものを混ぜること」という意味があります。その名の通り、野菜や豚肉、魚介類やかまぼこなどたくさんの具材が入っています。

「浦上そばろ」は野菜を細長く切って炒めた郷土料理です。キリシタンの人々が神父様から豚肉を食べることを習って作りましたが、遠慮して豚肉を少なくし野菜をたっぷり入れて作ったそうです。

長崎県の郷土料理を味わって食べましょう。