

1月

岩手



1月の「食育の日」は岩手県です。

「盛岡じゃじゃ麺」は、盛岡冷麺、わんこそばとともに「盛岡三大麺」に数えられるめん料理のひとつです。見た目はきしめんのような平打ち麺の上に、肉みそときゅうり、長ねぎがのっけていて、中華料理のジャージャー麺に似ています。今日は給食用にアレンジしてあります。めんには肉みそをからめて食べましょう。

岩手県の三陸海岸ではわかめが多くとれます。海外のわかめと比べて肉厚で弾力のある歯ごたえが特徴です。普段の給食でも人気のある「海藻サラダ」を取り入れました。

岩手県のおいしいものを味わって食べましょう。