美味(おい)しいお話

平成２９年 ８・９月

本の中に出てくる食べ物や食材が、9/20（水）の給食に登場します。

9/20の献立(こんだて)

ごはん、大豆じゃこ、
ししゃも磯部・みょうが揚げ、
野菜のナムル、あおさ汁、
牛乳

**紹介した本は
学校図書館で展示中。
借りられます！**

ししゃもみょうが揚げ→ みょうが

『江戸東京野菜』

佐藤 勝彦/著　マガジンランド

かつてここ新宿にも水田や畑があったことを知っていますか？

今も地名にその面影がうかがえます。例えば「早稲田」という地名は、生育が早い稲の品種を植えた田んぼから来ている地名です（『新宿文化絵図』（新宿区）より）。

お米以外にも、新宿区ゆかりの野菜がいくつかあります。その中のひとつが「早稲田みょうが」です。

現在の目白から高田馬場にかけた「早稲田村」と呼ばれた田園地帯は、保水力に優れ、水はけが良かったそうです。みょうがは、そのような土地で良く育ち、また品質も良くなります。

みょうがにとって優れた土地で育てられた「早稲田みょうが」は、「姿は大振りで赤みが強く、ピリリとした辛みがある味わい」とのこと。9/20の献立で、ししゃもの衣に使われるみょうがは、この早稲田みょうがだそうです。

給食ではししゃもに使われる早稲田みょうがですが、この本には、早稲田みょうがのポテトサラダ、マリネ、うどんのレシピが紹介されています。みょうがのレシピはあまり見かけないので、作ってみたいですね。

今や田園が広がっていたことなどわからないくらい、ビルが立ち並んでいる新宿ですが、20 日の給食でししゃものみょうが揚げを食べながら、田園風景を想像するのも良いかもしれません。普段とは違う「新宿の味」を楽しめそうですね。

新宿区由来の野菜は？

上で紹介した『江戸東京野菜』という本には、「江戸時代から昭和にかけて江戸・東京の地で誕生した品種で、東京都内の農家によって栽培された野菜」を紹介しています。その中で、新宿区由来の野菜は何種類あると思いますか？実は３種類もあるのです。

では、その３種類の野菜とは、何でしょう？下から３つ選んでください。

かぶ ・ にんじん ・ かぼちゃ ・ ねぎ ・ きゅうり ・ うり ・ とうがらし ・ うど

正解は…図書館に展示してある『江戸東京野菜』を開いてみてください！

＊イラスト、写真は、著作権フリーサイトのものを使用

（学校司書　服部恵子）