



すこずし

佐賀の郷土料理～須古寿司～

6/12（金）実施予定

須古寿司は、白石町の郷土料理です。500年以上前、白石町須古地区の領主は、領内の農民のことをとても大切にしており、米の品質改良に尽力していました。そんな領主の愛情に感謝し、領民たちは地元で取れた海の幸、山の幸を使って寿司を作り、献上したと言われています。その寿司を「須古寿司」と呼ぶようになりました。現在もお祝い事やお祭りでご馳走として振る舞われています。本来はムツゴロウのかば焼きを具材に使いますが、給食では3歳以上児に穴子を煮て刻んだものを使用します。

【三光幼稚園・三光保育園の給食の須古寿司】

給食では、すし飯の上に、「でんぶ」「錦糸卵」「煮あなご」「いんげん」をのせています。

毎年、子どもたちは、喜んで食べてくれます。今年も佐賀の郷土料理に親しみながら、楽しく味わってけると嬉しいです♪



参考：農林水産省 うちの郷土料理

旬の食材：びわ



びわの皮は、おしり側から軸に向かってむくと、むきやすい！

びわの旬は5～6月の初夏で、旬の時期以外に店頭で見かけることはほとんどありません。三光幼稚園のびわの木も、青々とした葉の中にオレンジ色のびわの実が顔をのぞかせて、初夏の訪れを感じる季節となりました。卵のような形で、皮も実も鮮やかなオレンジ色をしており、中央に大きな種が入っているのが特徴です。びわは寒さに弱いため、温暖な沿岸部での栽培が盛んで、長崎県と千葉県が二大産地となっています。

栄養面では、体内でビタミンAに変わるβ-カロテンを多く含み、目や皮膚の健康、風邪の予防などに役立ちます。葉は古くから民間療法で薬として使われ、お茶や化粧品にも加工されています。一方で、種子や未熟な果実には有害物質「アミグダリン」が含まれるため、種子や種子を粉末にしたものは食べないようにしましょう。

店頭でみかけたときは、ご家庭でも話題にしてみるのもいいですね(^^)

参考：学校給食