



ふるさとくまさんデー4月号



まいつき にち しょくいく ひ
毎月19日は「食育の日」です。

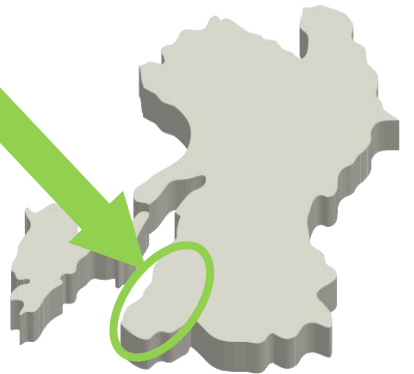
こんだて

むぎ ぎゅうにゅう じる
麦ごはん 牛乳 のっぺい汁
たちうお こうみ あまなつ
太刀魚の香味ソース 甘夏サラダ

こんげつ
今月のふるさとくまさんデーは、

みなまた あしきたちく とくさんひん きょうどりょうり
『水俣・芦北地区』の特産品・郷土料理を
と 取り入れています。

みなまた あしきたちく
水俣・芦北地区は
このあたりです。



サラダ たまねぎ

しゅうかく はる あき かい じき
たまねぎの収穫は、春と秋の2回ですが、この時期のたまねぎは
しん い すいぶん あま おお なまた から
「新たまねぎ」といわれ、水分と甘みが多く、生で食べても辛みが
すく とくちょう なまた た てき
少ないのが特徴です。生で食べるのに適しているので『サラダたま
ねぎ』と呼ばれています。みなまた あしきたちいき おお つく
水俣・芦北地域で多く作られており、『サラ
たまちゃん』の愛称で知られています。みなまた あしきた おんだん きこうふうど しらぬいかい しおかげ つく
水俣・芦北の温暖な気候風土と不知火海の潮風が作
りだした味です。4月から5月下旬にかけて出荷されます。
なまた た ひ
生で食べてもおいしいのですが、火をとおすことでさらに甘みが増します。また、煮込ん
でも焼いてもコクのあるおいしさを味わうことができます。



たちうお

たちうお あしきた みなまた さかな
太刀魚は芦北・水俣でよくとれる魚です。
かたな ほそなが ひら ぎんはくしょく さかな
刀のように細長く、平たい銀白色の魚です。
からだ およ た およ
ヘビのように体をくねらせて泳ぐこともあれば、立って泳ぐこともあ
ります。えさのこさかな あつ ばしよ た およ
えさの小魚が集まりやすい場所では立って泳ぎます。

