



# ふるさとくまさんデー2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。

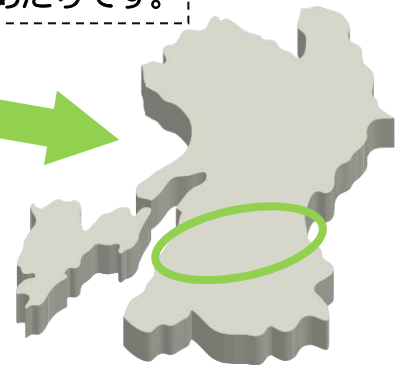
## こんだて

おぎ ぎゅうにゅう じる  
麦ごはん 牛乳 トマトだご汁

だいず とうふ か や かお  
大豆と豆腐の変わり焼き 香りあえ

こんげつ  
今月のふるさとくまさんデーは、  
やつしろちく とくさんひん きょうとりょうり  
「八代地区」の特産品・郷土料理を  
と 取り入れています。

やつしろちいき  
八代地域は  
このあたりです。



## しょうが

やつしろちいき さいばい おも さんち とうようまち たいしょうまっき  
八代地域におけるしょうが栽培の主な産地は、東陽町です。大正末期よりしょう  
がの栽培が始まりました。昭和45年ごろに水田を利用したしょうが栽培が拡大し  
はじめたそうです。

しょうがは香辛料として使われるのはもちろん、  
やくよう ひろ しょう ほおんこうか  
薬用としても広く使用されています。保温効果  
あり、かせ ひ からだ しん  
風邪の引きはじめには体を芯からあたため  
て、しょうじょう  
症状をやわらげてくれます。



## トマト

やつしろへいや くまもとけん なんせいぶ いち にほんいち  
「八代平野」は熊本県の南西部に位置しており、日本一のトマ  
トの生産地です。「八代平野」の「八」と「平」から「はちべえ」  
と名付けられた「はちべえトマト」が有名です。農薬をできるだけ少なくするために  
きいろとう ぼうちゆう しょう なつ あき やつしろへいや きいろとう  
黄色灯+防虫テープなどを使用します。夏から秋にかけて八代平野では黄色灯で  
おうごん  
黄金にそまるそうです。

\*今日は、このはちべえトマトのピューレを使って、トマトだごを手作りします！