



ふるさとくまさんデー

5月 今日の献立

たちうおどんぶり
太刀魚 丼 牛乳
わかめのみそ汁
サウたまと
ちくわのサラダ

みなまた・あしきたちく 水俣・芦北地区

みなまた あしきたちく くまもとけん
水俣・芦北地区は、熊本県の南部に位置しており、水俣市・あしきたぐんあしきたまち つなぎまち 芦北郡芦北町・津奈木町からなる地域です。

気候は穏やかで冬でも比較的暖かいのが特長です。太陽の光と不知火海の潮風を受けたおいしい農産物や海産物がとれます。

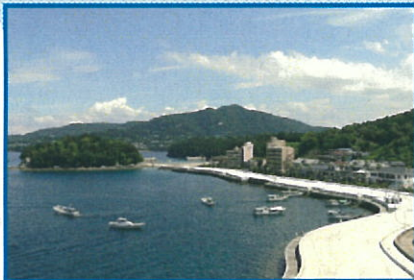


しらぬいかい ぶね
不知火海のうたせ船



太刀魚(たちうお)

水俣・芦北地区は海に面しているため、いろいろな魚がとれます。水俣市湯の尻では、4月～11月「太刀魚釣り」が楽しめます。太刀魚は、名前のとおり銀色をした刀のような形の魚です。水深100mほどにいて、尾びれ、腹びれ、うろこがないのが特徴です。身はやわらかくあっさりとした味で、塩焼き、煮付け、フライなどにして食べられます。



たちうおどんぶり
太刀魚丼



サウ玉とちくわのサラダ

サウ玉ねぎは、水俣・芦北の特産物です。玉ねぎの栽培は50年ほど前に始まりました。普通の玉ねぎは辛みが強いですが、サウ玉はみずみずしくて辛みが少なく、生でも食べられる玉ねぎです。農薬を少なくして、環境にいい栽培がされています。3月から6月に収穫され、「サウたまちゃん」として出荷されています。玉ねぎには、血液をサラサラにしてくれる働きがありますよ。



みなまた発信!

