



ふるさとくまさんデー



7月

今日のこんだて

こだいまい
古代米ごはん

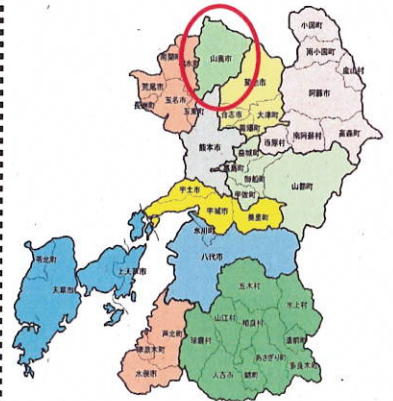
牛乳
とうふじる
豆腐汁

じゃがたら
あ
ゆかり和え

やまがし くまもとけん ほくぶ
山鹿市は、熊本県の北部に
い ち へいせい ねん がつ
位置しており、平成17年1月
やまがし かほくまち きくかまち
に山鹿市・鹿北町・菊鹿町・
かもとまち かおうまち がっぺい
鹿本町・鹿央町が合併して
たんじょう
誕生しました。

けんりつ そうしよく こふんかん くにしてい
県立 装飾 古墳館 や国指定
じゅうよう ぶんかさい やちよざ
重要文化財 八千代座などの
れきし ぶんかいさん
歴史・文化遺産があります。
くにしてい でんとうきこうげいひん
また、国指定伝統的工芸品の
やまがとうろう やまがとうろう
山鹿灯籠と山鹿灯籠まつりも
よく知られています。

やまがし
山鹿市



こ だい まい

古代米ごはん



赤米（あかまい・あかごめ）や黒米
（くろまい・くろごめ）など古くから
さいばい こめ こだいまい よ
栽培されている米を古代米と呼びま
す。あかまい あかちいろ
赤米は、ぬかが赤茶色であること
からそのなまえ つつ むかし かみさま
名前が付けました。昔、神様
そな いわ ととき つか
にお供えしたり、お祝いの時に使って
いたので、今の赤飯のルーツとも言わ
れています。はくまい
白米よりもビタミン・ミ
ネラル・たんぱく質が多く含まれてい
ます。



じゃがたら

「じゃがたら」は、「じゃがいも」と
いっしょ あまから に りょうり
「たら」を一緒に甘辛く煮た料理です。
やまが かてい み あと
山鹿の家庭では、たらの身をとった後
に干した「たらおさ」をつか
を使います。

むかし しんせん さかな て はい
昔は、新鮮な魚が手に入りにくい
やま なか なつ ほ さかな た
山の中では、夏は干した魚を食べてい
ました。むかし ひとひと
昔の人々にとって「たらおさ」
をつか りょうり ほん しょうがつ じんじゃ
を使った料理は、お盆か正月、神社の
まつり ととき た いわ
お祭りの時だけに食べられる「お祝い
ひ りょうり」でした。

きゅうしよく
給食では「たらおさ」ではなく、
たらのみとじゃがいもを あぶら あ
油で揚げて
あまから あじつ
甘辛く味付けします。



たらおさ

とう ふ じる

豆腐汁



とうふじる やまが まつ
豆腐汁は、山鹿でお祭りや
いわ ととき りょうり
お祝いの時に食べられる料理
です。やさい
野菜とちくわ、そして
さんかく き とうふ い
三角に切った豆腐を入れるの
がとくちょう
特徴です。