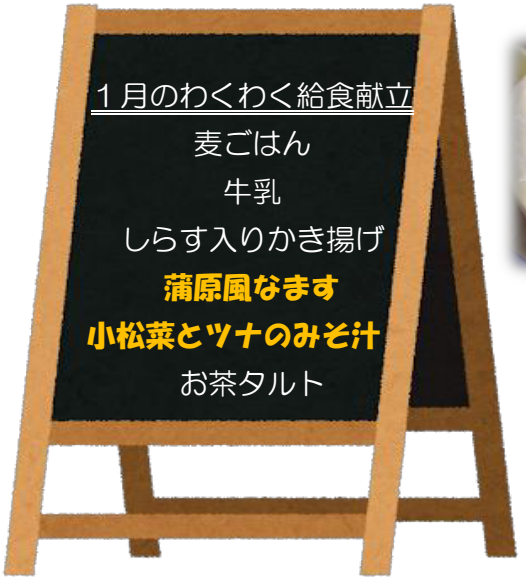
しょっかんくん ニュース

由比学校給食センター
特別刊（第7刊）



わくわく給食の副菜に使う食材について、生産者さんのところに、ぼくが取材に行ったよ。
食材の特徴や生産のこだわりについて教えてもらったよ♪

１月のわくわく給食の副菜は、静岡市内の農産物の生産に関わる方々と一緒に考えた「蒲原風なます」と「小松菜とツナのみそ汁」を提供します。「蒲原風なます」の“みそ”と、「小松菜とツナのみそ汁」の“みそ・小松菜”は静岡市で作られたものを使います。

甘さが特徴！蒲原風なます

静岡市清水区蒲原のあたりでは、お寿司や煮物等の味付けの「甘さが強い」ことが特徴です。お正月でも食べられることの多い「なます」は、人参や大根をお酢とお砂糖で味付けをして食べる料理です。なますにお豆腐と白みそを加え、甘めの味付けにしたものは、この地域で昔から食べられてきた郷土料理です。

小松菜ができるまで

寒い冬は美味しい小松菜のできる季節です。静岡市で土壌（どじょう）栽培と水耕（すいこう）栽培を行っています。２つの栽培方法について取材をしてきました。

土壌栽培　～土を使って育てる方法～

①

機械を使って土に種まきをする。

②

天井のスプリンクラーから水やりをする。

③

３日くらいで芽が出る。

④

約１カ月で大きくなり、収穫する。

水耕栽培　～土を使わずに育てる方法～

①

手作業でスポンジの上に種まきをする。

②

スポンジの上にふたをして土の中と同じ状態で育てる。

③

種まき後、１週間くらいで穴をあけたスチロールに１苗ずつ植える。

④

スチロールの下には水が通っているので水やりは不要。約１カ月で収穫する。

“大豆”が“みそ”になるまで

①

大豆を、やわらかく茹でる。

②

大豆・大豆の煮汁・米麹・塩を混ぜる。

③

ミンチの機械ですり潰す。

④

３カ月～半年くらい熟成させる。

米麹（こめこうじ）ってなんだろう？
お米にコウジカビを繁殖（はんしょく）させたもの。コウジカビの力で発酵（はっこう）して大豆がみそになります。麹（こうじ）は生きているので、時間や温度の管理が必要です。麹でみその味が決まるので、こだわって手作りしています。

どうして熟成（じゅくせい）させるの？
みそは、ねかせることで甘さや固さが変わります。ねかせていないみそは「こなれていない」ので美味しくありません。ねかせて味の「かどがとれる」と、まろやかで美味しいみそになります。

撮影取材協力：清水農業協同組合、JA しみず女性部