

日本全国味めぐり

山梨県マスコット
武田菱丸



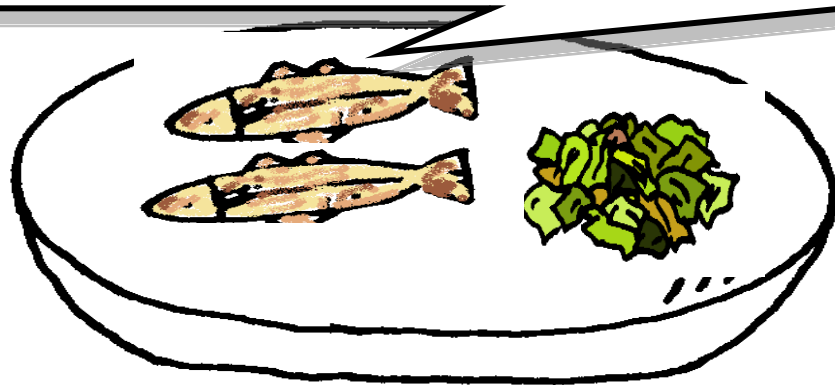
12月18日は

山梨県

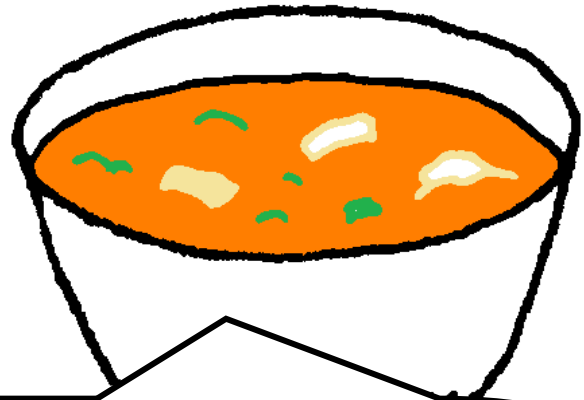
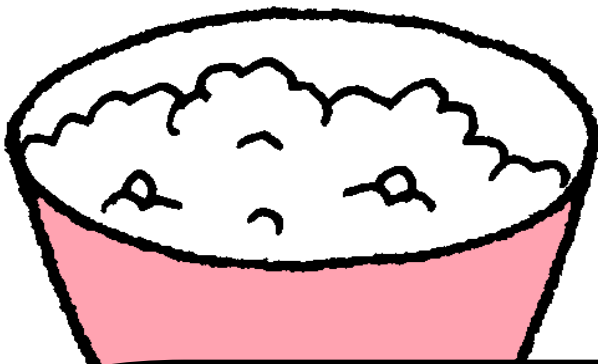
の献立です。

ごはん・ほうとう・わかさぎのフリット ぴいからこんにゃく・ふりかけ・牛乳

山梨県の富士山ろくには5つの湖があり、富士五湖（ふじごこ）とよばれています。富士五湖では、ワカサギつりがさかんにおこなわれています。ワカサギは骨ごと食べることができるので、骨の成長に大切なカルシウムをたくさんとることができます。また、かぜの予防にも大切なビタミンAもたくさんはっています。今日は「フリット」にしました。



ふりかけ



「ほうとう」は、小麦粉に水をくわえて作っためんと、季節の野菜をみそ味でにこんだ料理です。めんがにくずれして、汁にとろみがつきますが、にくずれしためんがみそとまじりうのが「ほうとう」のおいしさです。カボチャを使うことが一般的です。

山梨県の山の方では、米作りがむずしく、蚕（かいこ）をかって絹糸をとり、くらしていました。蚕のえさとなる「くわ」のしゅうかくが終わった後に、麦を育て、収穫した麦をめんにして、季節の野菜と一緒に食べてのが「ほうとう」の始まりだと言われています。

名前の由来には色々ありますが、戦国時代の武将 武田信玄が自分の刀で食材を切ったことから「宝刀（ほうとう）」と名づけられたという説もあります。