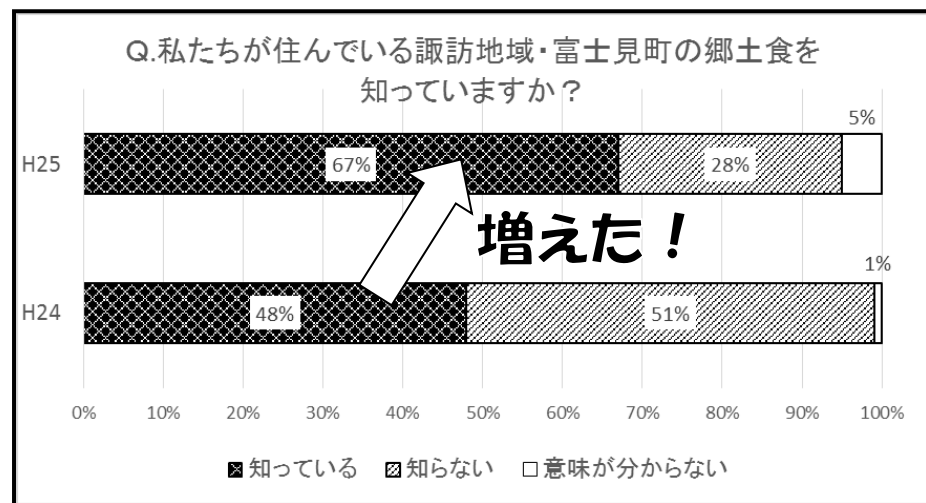


昨年度に引き続き

毎月第三月曜日は「郷土食の日」

富士見町の小中学校では、毎月第三月曜日に「郷土食の日」を実施しています。諏訪地方・富士見町の郷土食を紹介する取り組みで、今年で3年目になります。



上のグラフは、昨年12月に今の3年生（当時2年生）に実施したアンケート結果です。平成24年度に比べて、「諏訪地域・富士見町の郷土食を知っている」と答える生徒が48%から67%に増えましたが、まだ3人に1人は「知らない」と答えています。

多様化する食事情ではありますが、昔の人の知恵が詰まった郷土の味をこれからも守って行ってほしいなあと思っています。

コーレとは・・・？

5月19日（月）の第1回目の郷土食の日は「コーレと凍り豆腐の玉子とじ」でした。コーレって知っていますか？みなさんのおうちの庭にも生えているかもしれません。



コーレは山菜です!(^^)!

呼び名

地域によっては、うるい・ギボシと呼ばれることもあります。

特徴

シャキシャキ・ヌルヌルとした食感。

食べるところ

茎のような白っぽいところを食べます。葉っぱの部分はコワいのであまり食べません。

給食で使ったコーレは富士見産です。野澤昭夫さん、平出善次郎さん、今井良美さんの3名に届けてもらいました。

野澤昭夫さんは、コーレにビニールシートをかぶせて小さなビニールハウスを作って、5月19日に間に合うようにと育ててくれていました。手間暇かけてくださったおかげで、当日は予定通りに給食を出すことができました。ありがとうございました！



コーレと凍り豆腐の玉子とじ

野澤さんのこだわり『有機農業』



☛コーレは白っぽい茎のような部分（ここの葉の一部なのだそうですが）を食べます。緑の葉の部分は、コワイ（硬くて筋張っている）のであまり食べません。



☛茎のところだけにした状態です。当日使用したコーレは上の写真に写っている数倍もあったので、葉っぱを取る作業が大変でした。調理員さん4人がかりで頑張りました(*^_^*)



☛料理をするときは、加熱しすぎないことがポイントです。シャキシャキした食感がおいしいので、そこを生かすために、料理の最後の方に加えます。



☛給食では、コーレと凍り豆腐の玉子とじを出しましたが、凍り豆腐のかわりにちくわを入れたりもするそうです。それから、アクがないので、おひたし・ごまあえ・酢みそあえなどにもするそう。(野澤さんの奥さんに教えていただきました。)



2006年に制定された有機農業推進法によると、有機農業とは「化学的に合成された肥料及び農薬を使用しないこと並びに遺伝子組換え技術を利用しないことを基本として、農業生産に由来する環境への負荷をできる限り低減した農業生産の方法を用いて行われる農業」のこと。

- ★化学肥料は使わず、牛糞・鶏糞・切りわら・葉を使って、2年かけて堆肥を作っているよ。
- ★野菜は根で酸素を吸っているから、空気を含ませたふかふかの土を作るんだよ。
- ★消毒もしないように。 ★食べ比べてもらうとわかる！
- ★野菜ができたら、必ず料理をして味を見てからお店に出す。みそ汁にすると、味がよくわかる。

お話を聞いて、食べるみなさんのことを思って、安全・安心な野菜作りに力を注いでいることがよく分かりました。野澤さんがこだわって作ってくださった、とってもおいしいかぼちゃ・じゃがいも（おおじろ・メークイン・キタアカリ）が7月ころから給食に登場する予定です。食材そのものの味を味わってもらえるような料理を考えています。お楽しみに！



有機農業にかかわって、左のような「有機 JAS マーク」があるよ。どんなマークなのか調べてみよう！