

# 給食だより 12月

平成30年度 栄村立栄小学校

11月21日 栄村の郷土食「あんぼ」を給食でいただきました。

栄村の学校給食では、郷土食に親んでもらえるよう毎年、あんぼ給食を実施しています。給食のあんぼは、1ヶ月以上前から「えごまっこ」の方をお願いをしておき、給食の当日、村の加工所で作っていただいています。

あんぼを作り終えたあとは、3名の方に採校いただき、給食と一緒にいただきました。

## プロの技 つやつやのあんぼ包み（阿部栄子さんのお話より）

あんぼを作るグループは以前は、青倉地区の方が集まったグループでした。それを10年ほど前に引き継ぎ、えごまっこの方が作るようになったそうです。最初は、包むのが難しく先輩に包み終えた口がきれいになっているかチェックをしてもらっていたそうです。それが作り続ける事で、きれいに包めるようになったそうです。私が作ったものは、表はきれいにみえても、裏をひっくり返すとデコボコが目立っていました。えごまっこの方が作ったあんぼの裏側は、キュッと締まってつやつやでした。ここにプロの技を感じました。



## おいしいあんぼづくりは楽しく作ること！（藤木幸江さんのお話より）

あんぼができるまでには、生地を作ったり、大根菜や小豆を準備したり、包んだりなどいろいろな作業があります。当日は、朝8時ごろから作り始め、11時までは、小中それぞれのあんぼを完成させます。この日は4人で作っていました。また、この日の午後には、あんぼに使う大根菜洗いをされています。山つみの大根菜洗いも4人で作業されていました。どの作業も、えごまっこの方は、お話をしながら楽しく作っていました。それがおいしくつくる秘訣なのだそうです。

↓大量の大根菜を洗っています。

↓山積みの大根菜。

↓大きななべでゆでていました。



## 給食のみそも栄村産です。（滝沢正子さんのお話より）

あんぼを作ってくれた1人、滝沢さんは、給食で使うみそを作ってくれた方でもあります。大豆の状態から半年くらいかけて、食べられるようになるそうです。あんぼと同じ加工所にあるみそ製造室を見せていただきました。このみそは、直売所で「いろいろみそ」として売っているそうです。給食には、多くの地域の人が関わってくださっていますね。



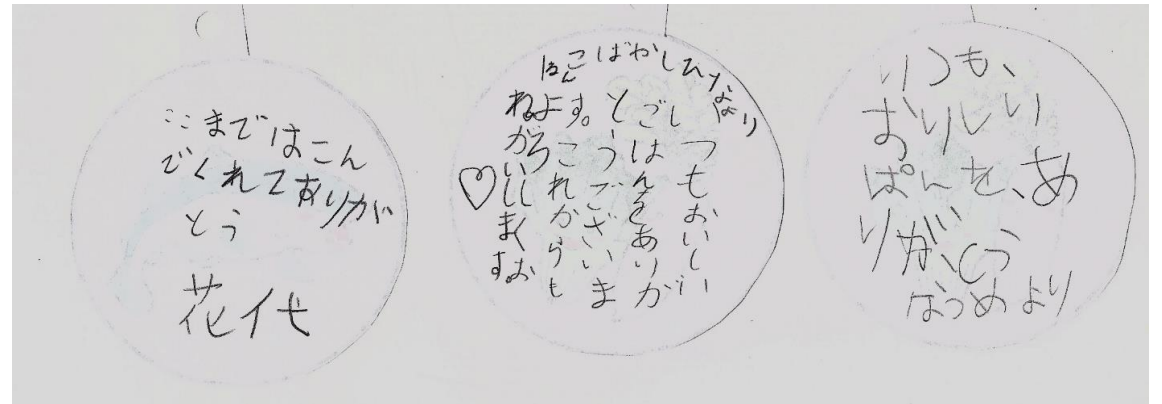
↑機械がたくさんあります。

↑こうじを作る機械です。

↑給食用のみそもありました。

## ありがとうの気持ちがふえるといいな。

11月は、「感謝して大切に食べよう」という目標にむけて、給食に関わっている人たちを紹介してきました。また、「ありがとうを伝えよう」と題して、給食に関わってくれる人に、メッセージを書けるカードとボックスを用意し、給食室前に掲示しました。すると、数人の子がメッセージを入れてくれました。このメッセージは、それぞれの方に伝えたいと思います。



## 給食レシピ 子どもよろこぶ「五目豆」作り置きにも。

材料（10人分）

大豆（乾） 75g  
 ごぼう 50g  
 にんじん 50g  
 れんこん 50g  
 こんにゃく 100g  
 さつまあげ 50g  
 砂糖 大さじ2  
 しょうゆ 小さじ4  
 みりん 小さじ1  
 塩 ひとつまみ（約1g）

作り方

※大豆は、前日から水にひたしておく。（2倍量の水煮を使ってもOK!）

- ①大豆をやわらかくなるまでゆでる。
- ②材料は、大豆の大きさを合わせてさいの目切りにする。
- ③こんにゃくはさっと下ゆでする。
- ④なべにレンコン以外の材料とのかぶるくらいの水を入れ、中火で15分ほど煮る。
- ⑤レンコンを加えて、やわらかくなるまで煮る。
- ⑥調味料を加え、汁気がなくなるまで煮る。