

12 つくる責任
つかう責任



新潟の郷土料理を作ってみました!

5組11番



©DESIGNALIKE

目次

- ・新潟の郷土料理
- ・新潟で穫れる食材
- ・蕎麦やうどんなどの麺類が少ない理由
- ・実際に作りました!
- ・作ってみて感じたこと&まとめ

新潟の郷土料理

- ・のっぺい汁
- ・へぎそば
- ・笹団子
- ・笹寿司
- ・鯛茶漬
- ・佐渡煮しめ
- ・わっぱ煮
- ・わっぱ飯

まだまだたくさんあります!



新潟で穫れる食材

- ・アマダイ…鯛茶漬けになる
- ・西区赤塚の大根
- ・長岡の体菜
- ・お米!!



豆知識

笹団子・笹寿司などの笹を使った料理が多いです

新潟では積極的に笹を使って日持ちするようにしています!

~気づいたこと~

蕎麦やうどんなどの文化が少ない

蕎麦やうどんなどの麺類が少ない理由



新潟には へぎそば がありますが他に麺類の郷土料理って知らないですよ？

何故ないかというと、お米が取れるからです！

細かく理由を書くと、

・お米がどこでもとれるのでわざわざ そば を作る必要がなく、小麦生産が盛んでなかったから。だそうです。

では へぎそば が有名なのはなぜなのでしょう。

普通の蕎麦はつなぎに小麦粉を使いますが、へぎそば はつなぎに ふのり をつかうからです。小麦は作る必要がなかったため、海でとれた ふのり を使ったと考えられます。

実際に作ってみました!

のっぺい汁(4人)

・鶏もも肉	200g	・戻し汁(椎茸)	200ml
・里芋	200g	・だし	1本
・人参	100g	・日本酒	大さじ1
・蓮根	100g	・みりん	大さじ1
・蒟蒻	100g	・醤油	大さじ1
・ホタテ水煮	40g	・いくら	20g
・干椎茸	5枚		
・絹さや	4枚		
・水	800ml		



作ってみて感じたこと&まとめ

郷土料理とは昔の人が考えたその土地の気候に合った料理でありその土地で穫れたものを無駄にしないという意味も込められているのではないだろうか?と感じた

最近、食べ残したり、まだ食べられるものでも捨てられてしまったりしている。先人たちのように限られた食材の中でしっかり料理して食物を大事にして食品ロスをなくすことが今の私達に課せられた課題だと思う。

一人一人がしっかり課題を見つめて真摯に取り組むことが大事だと思います!!

ぜひ、食品ロスをなくすためにも自分なりに何をすればいいのか考えてみてください!

最後まで見ていただきありがとうございました
~Thank you for watching till the end!~

じがらのぺこり

