

みやづ食の日

宮津市学校給食委員会 献立作成部会 令和4年5月19日

宮津の食材をふんだんに使った給食を通して、宮津のよさを感じてください！

みやづ 宮津のサワラってどんな魚？

宮津では定置網や一本釣りなどの方法でサワラをとっています。給食では定置網でとれたサワラを使っていますが、今回はサワラの専門家として、一本釣りをされている漁師の小倉さんと安原さんにお話を聞きました。



一本釣りのサワラは「京都 鱈」という名前がつき、その美味しさを求めて京都以外にも大阪や名古屋、東京から注文がある魚です。一本釣りのサワラは釣ってから5秒以内に血抜きし、専用の袋に入れて出荷することで、新鮮な状態を保つことができます。

京都府漁業協同組合の漁師さん
小倉さん 安原さん

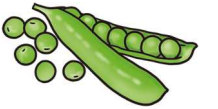
今日は宮津のサワラと旬の新茶を衣に混ぜた「春サワラの新茶フライ」にしました。宮津のサワラの美味しさと新茶の香りを楽しんでください♪

みやづ 宮津のこと、海のこと、魚のことをたくさん知って、ふるさとを大切にしたいと思います！

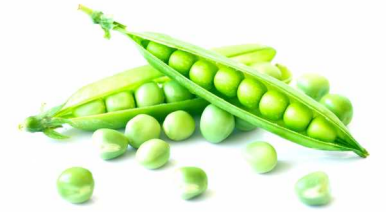


今年度から食の日の動画を作成し、子ども達に見せています。

いま しゅん みやづ み 今が旬！宮津の実えんどう

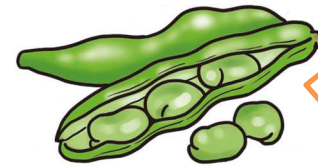


「実えんどう」は別名「グリーンピース」といいます。旬の時期は4月～6月で、今が美味しい時期です。旬の「実えんどう」は柔らかく、甘みがあるのが特徴です。今日の給食では実えんどうをたくさん使った「実えんどうごはん」にしました。やわらかさ、甘さを味わって食べましょう！



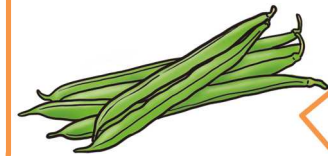
ほかにも似ている野菜があります～

そら豆



食べ頃の若い豆を食べる。さやが空に向かって伸びることから「そら豆」の名前がついた。

さやいんげん



「三度豆」ともよばれ、夏にかけてたくさん収穫できる。カロテン、ビタミンB群に富む。

～みやづ食の日のクイズ～

Q1 一本釣りのサワラの血抜きは何秒以内にするでしょうか？

ア 5秒以内 イ 10秒以内 ウ 15秒以内

Q2 実えんどうの別名は何でしょうか？

ア さやいんげん イ グリンピース ウ モロッコいんげん

クイズの答え 017 201