９月８日　火曜日

〈日本の郷土料理〉

香川県　いりこめし　香川県　打ち込み汁　ジャガ芋のみそがらめ

今日は香川県の郷土料理です。いりことはカタクチイワシの煮干しのことです。瀬戸内海息吹島が名産地として全国に知られ，島の重要な産業となりました。カタクチイワシは稚魚を蒸して生干しにした物をしらす、それを干し上げた物がちりめんじゃこです。頭からしっぽまで全部食べる事ができるのでカルシウムも豊富です。また、病気になりにくい強い体を作る免疫力を強くします。

打ち込み汁も香川の郷土料理でうどんをごぼうや大根などの野菜や油揚げと一緒に煮込んだ料理です。具だくさんでいろいろな食材のうまみが出てとても美味しい汁物です。

郷土料理を作る機会がとても減ってきているようですが、地方の風土を知り、日本人の知恵を学ぶためにも郷土料理に触れる機会を大切にしましょう、。