

12月22日 火曜日

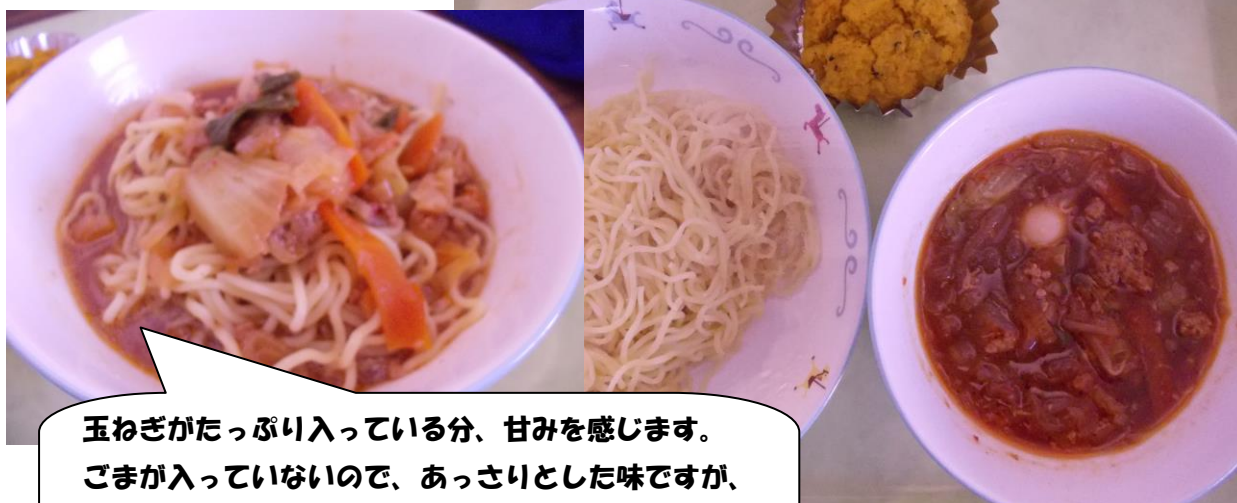
〈日本のB級グルメ〉

千葉県B級グルメ勝浦タンタンメン、南瓜入りスイートポテト

今日は千葉県のB級グルメです。タンタンメンと言えばごまがたっぷり入っていてラー油や唐辛子たっぷりの辛いイメージですが、勝浦タンタンメンのポイントは、ごまを使用しない、醤油味、鶏ガラベースで玉ねぎをたっぷり使っているところ、といわれています。こだわりのラーメン屋さんはたくさんありますが、各地方のB級グルメでも工夫されたラーメンや焼きそばがたくさんあります。食べる事を楽しみながら、健康を維持できる食の大切さにも気づいていきましょう。

今日12月22日は冬至です。一年で一番日照時間が短く寒く感じる日です。昔から冬至は体を温め、風邪をひかないような工夫がされています。冬至に南瓜を食べる習慣は風邪を予防する効果がある色の濃い野菜が冬の寒い時期に収穫でき無かった当時、夏に収穫される南瓜を冬まで保存して冬の栄養補給として南瓜を食べていたことからきています。今は収穫技術が進み、どんな時期でもいろいろな野菜が収穫できますが、昔はそれがとても難しく食べる事に工夫が常に必要でした。そんな昔の人の知恵をしっかり覚えましょう。

南瓜入りスイートポテト



玉ねぎがたっぷり入っている分、甘みを感じます。
ごまが入っていないので、あっさりとした味ですが、
野菜と肉の味わい深いとてもおいしいタンタンメンで
した。