



まだまだ寒い日が続きますが、みなさん体調はいかがでしょう。インフルエンザやノロウイルスも流行る時期なので、手洗いうがいをして、元気にすごしてください。



地場産デー(二宮産バージョン)～二宮町の原木椎茸を使用した献立⑮～ 今年も二宮町産の原木椎茸を使用します！



2月26日(水)に、今年も「にのみやみんなにやさしいごはんプロジェクト」の仲立ちで椎茸農家さんが、とても大切に育ててくださった二宮町産の原木椎茸を使用して麻婆豆腐を提供します。

原木椎茸は昔ながらの栽培方法で環境に優しく、肉厚で優しい香りがします。干し椎茸は、椎茸を1つ1つ丁寧にスライスし、天日干しをした後に、乾燥機で乾燥するなど、手間暇をかけて、とても大切に作られています。地産地消は、遠くの産地から食材を運んでくるよりもエネルギーも削減されて、CO₂の排出量も減り、地元の農家さんの応援にもなります。

今回は、椎茸農家の今田(こんた)さんから「原木しいたけができるまで」の工程と写真、メッセージをいただきましたのでご紹介します。

原木しいたけができるまで

11月～2月頃



山でコナラやクヌギの水を切ります。

1月～3月頃



ドリルで木に穴をあけ、その穴にしいたけの菌を入れます。

5月～6月頃



白く見えるのがしいたけの菌です。水を分解して増えていきます。

7月～8月頃



秋めいてきた頃



木を水槽に浸けると…



しいたけが育ちます。

給食にはお日さまで干したしいたけを使ってもらいます。うまみがつまった干しいたけをめし上げれ！



今年の節分は2月2日です



節分は、立春の前日をいいます。季節の変わり目、冬から春になる節目の日です。今年は2月2日になります。節分の日には、邪気を払う行事が行われます。「豆まき」や「いわし」の頭を柵の枝に刺して玄関に飾ったりします。

豆まき と いわし

「豆まき」は「鬼は外、福は内」の掛け声とともに豆をまき、災いをもたらすとされる鬼を追い払い、福を呼び込みます。豆を自分の年齢の数食べて健康を願う風習もあります。

「いわし」の頭を柵に刺し、玄関に飾るのは鬼を家に入れないようにするための風習です。焼いたいわしの頭の臭いと柵の葉のトゲで、鬼を追い払うといわれます。



大豆の🍲知識

大豆は、体をつくるタンパク質を多く含むことから「畑の肉」と呼ばれます。みそやしょうゆ、豆腐や油揚げなど、いろいろな調味料や食材に変身して日本の食を支えています。給食でも毎日のように使っていますが、日頃から積極的に大豆や大豆製品をとり入れられるといいですね。

