日献立 11月

麦ごはん 牛乳

魚の天ぷら

ごま酢あえ

ほうとう

■ ほうとう

山梨県

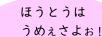
味の旅



写真出典:文化庁 全国各地の100年フード HP より

小麦粉を練り、平らに切った「ほうとうめん」を、 たっぷりの具材と一緒に「みそ仕立ての汁」で煮 込んだもので、「うまいもんだよ かぼちゃのほうと う」と言われるほど、誰もが知る山梨県の代表的 な郷土料理です。

かぼちゃ以外にも、なめこ、小豆がメインのほうと うもあり、冬だけでなく一年中、日常食として食べら れているそうです。





山間部が多く平野が少ない地域では、米作りが 難しく、蚕を飼って絹糸を生産する養蚕が盛んでし た。蚕のエサである桑の葉を収穫した後に、米に代 わる主食として栽培されたのが小麦でした。その小 麦で作った麺を、季節の野菜とみそで煮込んだのが 「ほうとう」です。ほうとうの麺は、うどんと違ってこね た後に寝かせず、すぐに切って煮込むので、煮崩れ

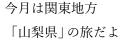
しやすく、汁にトロミがつくのが特徴です

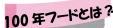
◆武田信玄も食べた?! 400年以上も受け継がれる郷土の味

「ほうとう」は「はくたく」という呼び名で、平安時代には 貴族が儀式などで食べていたと言われます。また、戦国時 代にこの地域一帯を治めていた武将「武田信玄(1521~ 1573)」も、陣中食として「ほうとう」を食べたと言われ、自 分の刀(宝刀)で食材を切ったことから「ほうとう」と名づけ られたという説もあるほどです。戦国時代から400年以上

も地域に根ざし、親しまれてきた料理なのです。

今月は関東地方





これまで地域で大切に受け継がれてきた日本の様々な食文化を、未来に伝え発展 させていくために、文化庁が認定基準を定めて、100年続く食文化「100年フード」と 認定したものです。これまでに 250 件の食文化が認定されています。

