

あんじょう じょう

安城を食べよう!

公益財団法人 安城市学校給食協会



地元で生産される作物を、地元で消費する(食べる)ことを地産地消と言います。毎年1月の給食では『安城を食べる月間』として、安城市とその近くの市の産物をたくさん取り入れています。今回は「農事組合法人高棚営農組合」の山口さんにお話をうかがいました。

安城市の大蔵作付面積は県内第2位です

栄養豊富な畠の肉とは?

「大豆」とは、マメ目マメ科に属する一年草で、種子を食用とする植物です。日本においては、米、麦、粟、稗とともに五穀に数えられる主要な穀物で、たんぱく質が豊富なことから、「畠の肉」と呼ばれています。

大豆は、たんぱく質35%、脂質19%、糖質24%を含んだ、栄養価の高い食材です。



安城市での大豆栽培

昭和44年から実施されてきた米の生産調整として、大規模栽培が開始されました。そのため、畠ではなく水田での転作作物として栽培されるものが大部分です。作付面積は972ヘクタールで、品種は「フクユタカ」です。



大豆の七変化?

味噌、醤油といった調味料の主原料になるほか、大豆油、豆腐、きな粉など様々な食品に加工されます。また、「大豆」を暗所で発芽させるとモヤシに、納豆菌で発酵させると納豆になります。

「枝豆」も、未成熟の「大豆」を収穫したもので



生産者から一言!

転作作物として麦の後作での栽培となるので、梅雨時で雨が続くと種蒔きが遅れてしまします。また、夏の栽培となるので、除草と防虫が大変です。給食で使われる大豆の水煮は、100%安城産です。心を込めて育てているので、たくさん食べてください。

大豆を使った給食の人気献立 ポークピーンズの作り方

【材料】(一人分)

大豆(水煮)	30 g
ベーコン	4 g
豚肉(薄切り)	18 g
じゃがいも	35 g
にんじん	25 g
グリンピース	4 g
たまねぎ	30 g
トマトケチャップ	17 g
三温糖	1.2 g
ウスターソース	1.6 g
洋風だし	0.8 g
塩	少々
こしょう	少々
水	60 cc

【作り方】

- (1) ベーコンは短冊切り、豚肉は2cm、たまねぎとじゃがいもは1.5cm角切り、にんじんは1cm角切りにします。
- (2) 豚肉、ベーコンを炒めます。
- (3) たまねぎを加えて炒めます。
- (4) にんじん、水、洋風だしを加えて煮ます。
- (5) じゃがいもを加えて煮ます。
- (6) 大豆を加え、トマトケチャップ、三温糖、ウスターソース、塩、こしょうで味を整え煮込みます。
- (7) グリンピースを入れて出来上がりです。

あんきゅークイズ

大豆の加工食品は次のうちどれでしょうか?
A はんぺん B 生ふ C 油揚げ

大豆の入っている1月の給食

	まめ豆じゃが
北部調理場	16日(木)
南部調理場	23日(木)



このページは、安城市学校給食協会のホームページを見てね。
詳しくは、[安城市学校給食協会のホームページ](#)をみてね。



詳しくは、[安城市学校給食協会のホームページ](#)を見てね。
詳しくは、[安城市学校給食協会のホームページ](#)を見てね。