

ねんまつねんし

きょうどりょうり

年末年始は、郷土料理を！

みんな元気？もぐもぐジョッピーだよ！

もうすぐ、大晦日、お正月だね。今年は、郷土料理を作って

年越し、新年はお雑煮なんてどうかな！！

「上越のおいしい食育キッチン」からいくつか紹介するね！



鮫の煮こごり

レシピ



他の魚よりも腐りにくいことから、鮫は山間部でよく食されたよ。冬場は、1か月位の保存が可能で、山間部では貴重な鮮魚として重宝されたみたいだよ。上越の魚市場では、年末恒例「鮫の競り」が行われる程、鮫は上越地域の冬を代表する一品だよ！

上越の郷土料理 スキー汁

レシピ



上越市は日本スキー発祥の地。スキー汁の人参は「スキーの板」、大根は「雪の結晶」、ごぼうは「カンジキ」、さつまいもと豆腐は「雪」、長ネギは「雪の積もった木」、つきこんにゃくは「シュプール」をイメージしているよ。豚肉は、当時山にいたうさぎの肉の代わりだって！



上越地域のお雑煮

レシピ



上越地方で作られるお雑煮だよ。地域によっては、ぜんまいが入らないところもあるよ。

来年のお正月は、具沢山の上越地域のお雑煮を作ってみよう！

※パソコンの人は **レシピ** クリックしてね！