

れ い わ ね ん が つ か か
令和5年12月5日（火）

ふるさと給食の日



しらおいちょう ぎゅうにく かいさんがつ とくさんひん
白老町には、牛肉や海産物、たまご、しいたけなどの特産品が
たくさんあります。学校給食では、「ふるさと給食」として、
しらおいさん しょくざい りょうり もち きゅうしょく ていきょう
白老産の食材やアイヌ料理を用いた給食を提供します。

ふるさとの味をおいしくいただきます！

本日の献立

◎ほっきカレー

かいそう
◎海藻サラダ

げんえんわふう
◎減塩和風ドレッシング

ぎゅう にゅう
◎牛乳

ぎゅう にゅう
牛乳

げんえんわふう
減塩和風
ドレッシング

ほっき
カレー

かいそう
海藻
サラダ



ほっきカレー



こんねんど ちゅうおうぎょぎょうきょうどうくみあい こじょうはま ぶかい
今年度も「いぶり中央漁業協同組合虎杖浜ほっき部会」より、
ほっき貝250kgを寄贈していただきました。

ほっき貝は、甘味を含んだシコシコとした歯ごたえがあり、旨味
成分であるグリシン・アラニンも多く含んでいます。栄養面では、
疲労回復に効果があるタウリンが多く含まれています。

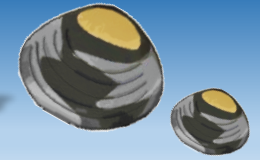
ほっき貝という名前は、アイヌ語の「ポキセイ」が由来といわれて
いますが、漢字の「北寄貝」は当て字で、北海道などで採れる「北に
寄った貝」であることから「ほっき（北寄）貝」と名付けたとの説も
あります。

今日の献立は、寄贈していただいた白老産のほっき貝をたっぷり使
った『ほっきカレー』です。

感謝の気持ちを大切に、味わって食べましょう。



給食から知ってみよう！ ふるさと白老



ホッキ貝って、どんな貝？

白老町のホッキ漁は、7～10月の間に行われており、貝殻の大きさが8.5cm以上のホッキ貝を獲っています。小さなものまで獲ってしまうと、白老の海からホッキ貝がいなくなってしまうため、制限しながら漁を行います。ホッキ貝は6～7年でみなさんが食べられる大きさに成長します。うまみ成分が多く甘みのある奥深い味わいがあるほか、カルシウムや鉄分などのミネラルも豊富で、おいしいだけではなく、体に大切な栄養も摂ることができる食材です。今回は『ホッキカレー』ですが、他にも「ほっきごはん」や「バター焼き」、「刺身」など、おいしい色々な料理方法があります。



ホッキ貝の 上手なむき方



くぼみのある方を手前に持ちナイフを差し込み、滑らせて貝を開きます。身に傷をつけないように貝柱を片方ずつ切り離して下さい。

参考及び引用：胆振太平洋ホッキ貝振興協議会「北海道胆振の北寄貝」

白老町で獲れる貝は何？



白老町では、様々な貝を獲っています。今日みなさんが食べているホッキ貝はもちろん、ホッキ貝と同じ調理方法で食べることができる「サラ貝」、寿司や刺身にしてもおいしい「エゾバカ貝」、バーベキューなど炭火焼きにできる「ツブ貝」などがたくさん獲られています。

ホッキ貝や紹介した白老町で獲れる貝もとてもおいしいので機会があればぜひ食べてみてください。