

長崎県の郷土料理を知ろう

10月7日(火)

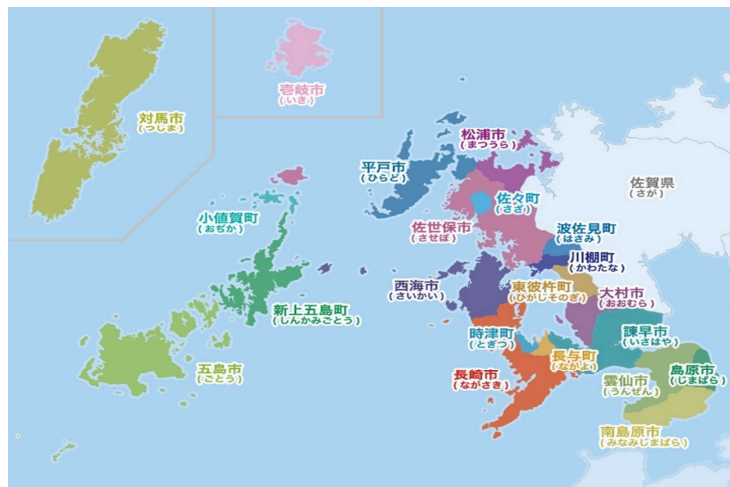
<今日の献立>

麦ごはん 牛乳

ヒカド

浦上そばろ

長崎天ぷら



長崎県は、昔から海外と盛んに交流が行われ、長崎の出島は鎖国時代、西欧に開かれた唯一の窓口でした。また、中国とは長い間交流を続けてきたことから、ヨーロッパや中国などの影響を受けた独特の食文化や歴史があります。

ヒカド



1600年代の初期から長崎に伝わる郷土料理です。長崎にいたポルトガル人の宣教師や貿易に携わっていた人たちは、寒い時期に牛肉や豚肉を使ったシチューを食べていました。その味は次第に地元の人々の間にも広がり、のちに地域で採れる野菜、鶏、魚などを使った独自の作り方が確立されていきます。現在に伝わる「ヒカド」という名称は、ポルトガル語の肉などを細かく刻むという意味の単語 Picado からきています。

浦上そばろ



長崎市浦上地区が発祥の郷土料理です。1500年後半、浦上地区でキリスト教を布教していたポルトガル人宣教師が、当時肉を食べる習慣がなかった信徒たちに「健康に良い食べ物」として豚肉を食べさせようと作られたのがはじまりといわれています。その後、信徒らは豚肉の量を少なくし、野菜をたっぷり入れて作るようになったため、それが基本レシピとして確立、いまに伝わったといわれています。

長崎天ぷら

「長崎天ぷら」は約400年前から伝わる郷土料理です。南蛮貿易のポルトガル人が食べていた衣に味が付いたフリッターが原型とされています。魚介類や野菜類に小麦粉に砂糖や酒などを加えた衣をつけてカリッと油で揚げるフリッターに似た料理です。今日の給食は、白身魚(ホキ)の長崎天ぷらです。