

おきなわけん きょうどりょうり し 沖縄県の郷土料理について知ろう

6月17日(火)

おきなわ ひと むかし た りょうり
沖縄の人たちが昔から食べてきた料理は、
ちようじゆしよく し
長寿食として知られています。

あつ ま げんき からだ
暑さに負けない元気な体をつくるための
えいよう ふく
栄養がたくさん含まれています。

がつ にち おきなわ いれい ひ
6月23日は「沖縄慰霊の日」です。

せんそう かな れきし かんが
戦争の悲しい歴史があったことも考えながら
おきなわりょうり た
沖縄料理を食べてください。

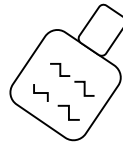
きょう 今日のこんだて

- ・クープジュージー
- ・牛乳
- ・冬瓜スープ
- ・ポークヒレカツ
- ・にんじんしりしり



にんじんしりしり

シリシリーは、調理器具のおろし金のことです。沖縄では主に、にんじんの
ほそぎ つか
細切りに使うそうです。シリシリーは、「おろす」という意味の沖縄の方言で
い み おきなわ ほうげん
もあります。にんじんしりしりは、ほそぎ
細切りにしたにんじんとツナなどをいた
炒めた
おきなわ かていりょうり
沖縄の家庭料理です。



クープジュージー

「クープ」はこんぶ、「ジュージー」は炊き込みごはんという意味で、こんぶが
はい た こ おきなわ こんぶ た こんぶ
入った炊き込みごはんです。沖縄ではこんぶをよく食べますが、こんぶはとれま
むかし ちゆうごく ほうえき こんぶ りゆうつう た
せん。昔、中国との貿易でこんぶが流通し、よく食べるようになったそうで
い ま おきなわけん こんぶしょうひ にほんいち おきなわけん ちようじゆ ささ い
す。今は沖縄県のこんぶ消費は日本一で、沖縄県の長寿を支えていると言われ
れています。



大村市小学校給食センター

