

## “あきた伝統野菜”

秋田県には地名や人名、形状や栽培方法を冠した独自の伝統野菜があります。それぞれ長い歴史を持ち、地域の食文化を形作ってきています。秋田の食を彩る伝統野菜の魅力をもう一度見直し、豊かな秋田の食材としてこれからも伝えていければいいですね。

次の3つの条件を満たしたものが秋田伝統野菜です。

- (1) 昭和30年代以前から県内で栽培していたもの
- (2) 現在でも種子や苗があり、生産物が手に入るもの
- (3) 地名、人名がついているなど、秋田県に由来しているもの



### 今が旬！！ 田沢地うり

- ・ 収穫時期 7月～9月
- ・ 栽培地 仙北市
- ・ 特徴 古くから仙北市田沢地域や桧木内地区において、自家採種により栽培されてきた地うりをそのまま食べるほか、漬物やきゅうりもみ、冷やし汁などに利用されてきた。丸みをおびたかたちで、すこしふつうのきゅうりよりもずんぐりしているのが特徴

#### <山仕事の相棒だったウリ>

昔、田沢地区の山守たちは、夏の山仕事にこの地ウリを携えて出かけていました。沢水で冷やし、味噌をつけて食べることで、水分補給と塩分補給ができる“天然のスポーツドリンク”のように使っていた。この地ウリのおすすめの食べ方は、そのままポリポリか、浅漬けだよ。

## 新メニュー登場！世界の味を楽しもう



### 鶏肉のフォー（ベトナムの米麺スープ）

フォーの麺は「米」からできているよ！ お米の新しい食べ方、発見してみよう。

<やさしい味わい、だけど奥深い！>

ベトナムの人気料理「フォー」は、米から作られた麺と、あっさりした鶏だしスープが特徴。香り豊かなパクチーやネギがアクセントになって、食欲をそそります。フォーは消化がよく、朝ごはんにも食べられるほど、体にやさしい料理です。

### タコライス（沖縄発：メキシコ風ごはん）

タコライスは野菜もたっぷり！

<ピリッとスパシー！ごはんが進む！>

沖縄生まれの「タコライス」は、メキシコ料理のタコスをごはんにのせたアレンジメニュー。

スパイスで炒めたひき肉、チーズ、レタス、トマトがごはんと一緒に混ぜて、とってもおいしいよ！

