

# 毎月第3土曜日は「かごしま活き生き食の日」です

自らの健康や食生活について見つめ、家庭や地域において県産農林水産物や本県ならではの食文化を生かした食育・地産地消の様々な取組を推進する日として「毎月第3土曜日」を「かごしま活き生き食の日」に定めています。



## 寒い冬に食べたい♪ あったか郷土料理を紹介します



©鹿児島県ぐりぶー・さくら



ぶり大根

鹿児島はぶり生産量日本一！桜島大根を使うとより味がしみやすくなります。

江戸時代、鬪鶏で負けた鶏をみそ汁にしたのが始まりとされています。



画像提供：県学校栄養士協議会

さつま汁



画像提供：今村学園ライセンスアカデミー

豚骨

薩摩武士が戦場や狩り場で作ったのが始まりといわれています。

大豆を水に浸し、すりつぶしたものを「呉」といいます。



画像提供：NPO法人 霧島食育研究会

呉汁



きびなごときらすのおつけ

「きらす」とはおからのこと。「おつけ」とは汁のことです。

鹿児島特産の黒豚や野菜類を、みそ入り割り下でいただきます。



画像提供：今村学園ライセンスアカデミー

黒豚のすき焼き