



# 野菜の学校 調理活動

報告 領家彰子

調理スタッフ  
河原井靖子  
西川 千栄  
白戸 啓子  
領家 彰子

レイアウト  
御倉多喜子

写真  
草間壽子



# 食べ比べ調理 と 試食

- 食べ比べの調理

野菜の特徴が伝わる調理

丸ごと、切り方

茹でる、煮る、蒸す、焼く、漬けるなど

調味料: 塩、出し、醤油



# 試 食

## 伝統野菜・地方野菜・野菜の加工品

- ・その地方で食べられている調理方法  
参考資料：日本の食生活全集（農文協）
- ・郷土料理
- ・食べ方の工夫

# 野菜の学校で作ってみた郷土料理

沖縄 10年4月 人参シリシリ



ナーベラ味噌炒め



京都 10年5月 賀茂なす田楽



10年12月 なにわ 勝間南京いところ煮



11年4月 肥後 辛子蓮根



14年1月 能登 じぶ煮



14年11月 大分 だんご汁



15年9月 鳥取 いただき稲荷



15年10月 山梨 ほうとう



# 取り寄せた 郷土料理

11年 2月 青森 けの汁 さも出しなんばんのしょうゆ漬け 津軽漬け



11年12月 滋賀 日野菜の漬物



15年8月 佐賀 青しまうり漬け



# 大根



12年2月 宮崎 糸巻き大根 おでん



16年2月 高知 入河内大根 和風ステーキ



15年12月 島根 出雲おろち大根 カナッペ



14年10月 岩手 安家地大根 さくら粥



# かぶ



11年12月 滋賀 日野菜 オリーブ焼き



16年1月 高知 田村かぶ かぶ寿司



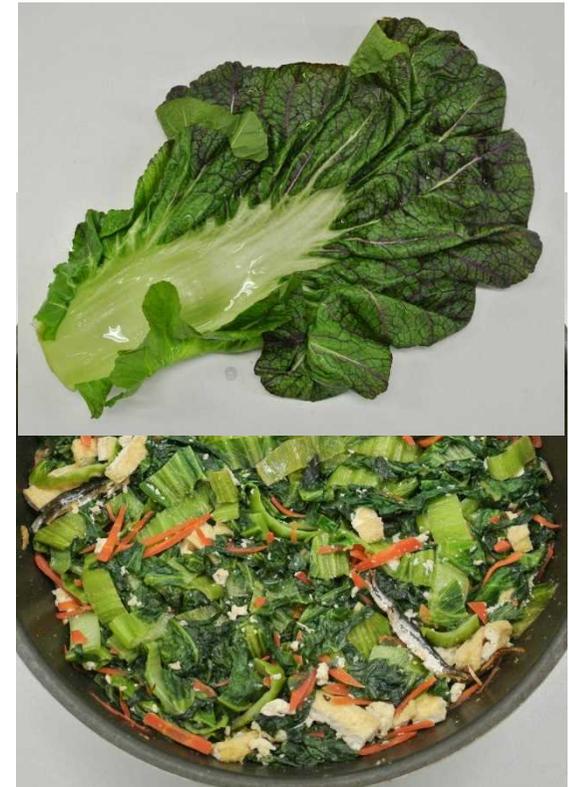
# 漬け菜類



10年12月 なにわ 大阪白菜 煮浸し



16年2月 香川 万葉 けんちゃん



14年2月 長崎 こぶ高菜 サラダ  
ゆうこうのドレッシング



# 里芋

10年11月 庄内 からとりいも 芋煮



13年11月 会津 里芋 こつゆ



15年10月 山梨 やはたいも タイ風ご飯



# じゃがいも

15年9月 山梨 富士種 せいだのたまじ



15年11月 江戸 おいねのつるいも



15年11月 江戸 おいねのつるいも カレー煮



15年9月 山梨 落合芋 グラタン



15年11月 江戸 おいねのつるいも コロッケ



# 調理をして



かつお菜のけんちゃん 博多

チャンポン 長崎

かぶピザ 山形

天王寺かぶ カルパッチョ なにわ

半白きゅうりたたき 大和

奥越里芋のバター炒め 福井



## まとめ

