

稲中ランチタイム通信

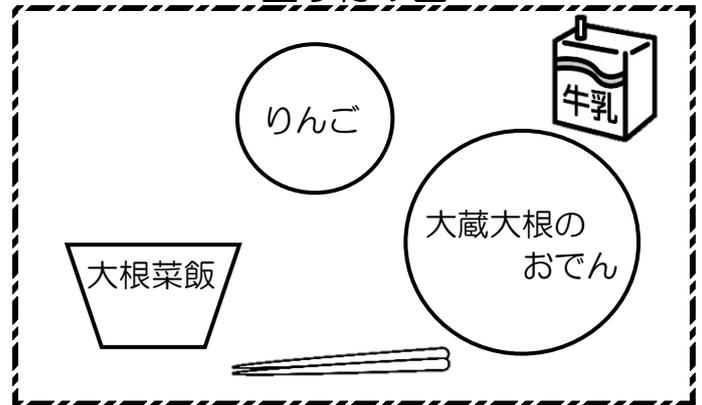
11月20日(水)

今日の献立

大根菜めし
大蔵大根のおでん
果物(りんご)
牛乳



盛り付け図



『大蔵大根』について

今日のおでんには、東京の江戸伝統野菜「大蔵大根」を使用しました。大蔵大根は、世田谷の「大蔵原」という場所で栽培された、東京生まれの伝統野菜です。昭和40年代までは世田谷の至るところで栽培されていましたが、昭和49年に誕生した病気に強く栽培しやすい青首大根が普及するとともに、大蔵大根は次第に姿を消していきました。最近では栽培している農家が少なく、手に入りにくいことから「幻の大根」とも言われています。煮ても煮崩れず、大根の太さが頭からおしりにかけて均一なため「おでん」にぴったりの大根です。

先生からの食育コメント

大蔵大根の葉は柔らかいため、炒め物やおひたしに利用できます。今日は葉付きの大蔵大根を届けてもらったので、葉を炒めて菜飯にしました。