



今月の「手」
加藤 陽大（はると）くん
お母さんと初めて作った
味噌汁を手に
撮影／千倉志野

CONTENTS

02 連載 私の思い出弁当 [岐阜県] vol.7

04 特集1 和食再発見

14 特集2 新そば

18 全国の日本一を訪ねて vol.7

20 MAFF TOPICS

あふラボ

抹茶に適した新品種誕生

News

子どもたちが「和食」で競う

「和食の日」イベント開催

魚料理のグランプリが決まる

そばと日本酒の祭典

23 読者の声

今月のクイズ

Q

和食の基本形である、
汁物1品、おかず料理3品の
献立を何と云うのでしょうか？

〇広報誌「aff（あふ）」について

農林水産業や農山漁村は、食料の安定供給はもちろんのこと、国土や自然環境の保全、良好な景観の形成などの多面的機能の発揮を通じ、国民の皆さまの毎日の生活において重要な役割を担っております。また、農林水産行政は、生産などの現場に密着したものであると同時に、毎日の生活に深く関わっています。農林水産省では「aff」を通じ、農林水産業における先駆的な取り組みや農山漁村の魅力、食卓や消費の現状などを紹介しております。

〇Webサイトのご案内

「aff」は農林水産省のWebサイトでもご覧になれます。
<http://www.maff.go.jp/j/pr/aff/>



本誌に掲載した論文などで、意見にわたる部分は、
それぞれ筆者の個人的見解であることをお断りします。

私の

思い出弁当



子どもたちに伝えたい郷土料理や懐かしいふるさとの食材を使ったお弁当を、
著名人が、お弁当へのあふれる想いと共に紹介します。
全国のふるさとの美味を、あなたもお弁当に入れてみませんか？

栗



日本原産の栗は和栗とも呼ばれ、天津甘栗などに使われる中国産の栗とは種類が異なる。和栗は他の種類に比べて甘みは少ないものの、上質な風味があるのが特徴。近年、品種改良により渋皮が簡単にむける品種も開発されている。



大きく二つに分かれる
岐阜県の食文化

今、飛騨・美濃観光大使をやらせていただいています。そのおかげで、ふるさと岐阜のおいしい料理や食材にたくさん巡り合っています。岐阜県は北にある飛騨地方と、名古屋に近い南部の美濃地方とでは、食文化がだいぶ異なるんです。私は南の多治見市出身なので、飛騨地方に

出かけると初めて知る味がたくさんあつて驚かされています。高山で作られている「こもどろふ」はその最たるものでした。最初は何を食べたのか分からなくて「これ何ですか？」と尋ねたくらい。味がよくしみこむところは、高野豆腐に近いのかな。とってもおいしかったです。

飛騨地方の料理の中には、お弁当に入っていたりして、子どもたちから親しんでいた味も

鈴木ちなみ
Chinami Suzuki

1989年生まれ。岐阜県・多治見市出身。モデル・タレント・女優として活躍中。料理は食べるのも作るのも好き。現在、岐阜のさまざまな農畜産物を紹介する「鈴木ちなみの元気のみなもと〜ちなみな!〜3rd Stage」(岐阜放送) 絶賛放映中!



飯だったな。

お弁当のおかずと言え、やっぱり明方ハムははずせない一品です。厚切りにして焼くだけで立派なおかずになるので、手の込んだ栗ご飯を作るとき、母や祖母にとっては、とても重宝がられたかもしれませんね。

そして秋の果物と言え、栗と同じくらい楽しみなのが柿です。私はしっかり食感のあるカリッとした柿も、ちよつとトロミの出た柔らかい柿も両方大好き。目がないので、お弁当のデザートに持つていくことがあります。そのころは知らなかったのですが、岐阜県には「天下富舞」という高級柿があります。産地で食べるとひと味もふた味も違うので、ぜひ岐阜に食べに来て

おの
鈴木ちなみさんの 実り 弁当



栗ご飯

材料(4人分)

うるち米……2合から、大さじ4減らした量
もち米……大さじ4
栗(皮つき)……500g
塩……小さじ1
酒……大さじ1

作り方

- 1 栗を洗い、40度のお湯に30分ほど浸けて皮を柔らかくする。皮をむき、水に20〜30分つけてアクを抜き水気を拭き取る
- 2 うるち米ともち米を合わせて研いで、ザルにあげ15分ほど水気をきる。炊飯器の釜に入れ、2合の目盛りまで水を入れ30分間浸す
- 3 水に浸した後、塩と酒、栗を加えて炊き上げれば完成。冷めても、もちりとした仕上がりに