

ふるさと給食自慢。

日本全国で提供されている学校給食のメニューの中から、その土地で親しまれている郷土料理や食材などを取り入れたものを紹介。その地域ならではの食の連載をお届けします。

第19回

福井県坂井市の学校給食

あぶらげととみつ金時のごはん

精進料理から広まった「あぶらげごはん」

(春江坂井学校給食センター)

福井県の北部に位置する坂井市は、日本海から南東部に向かって内陸に入り込んだ地形をもちながら、中部には県下最大の坂井平野が広がり、水田の多い米どころとして知られています。また、福井県は浄土真宗を開いた親鸞とのゆかりが深く、その命日に門徒が寺に赴く「報恩講（ほうおんこう）」というものがあ、そのときに食べる精進料理に油揚げを使った料理が添えられるのが一般的でした。その料理が一般家庭に「あぶらげごはん」として広まったといわれています。



油揚げととみつ金時のごはん、福井を代表する魚である赤ガレイのから揚げ、福井野菜の五目和え、かきたま味噌汁が並びます。デザートに福井銘菓の羽二重餅を添えた献立です。



献立は、厚めの油揚げを入れた「あぶらげごはん」ととみつ金時を加えてアレンジしたもの。とみつ金時は坂井市の隣、あわら市富津地区特産のさつま芋。海岸が近く砂状の土壌で育てるため、甘味が強く適度な水分が詰まっているのが特徴です。ごはんには醤油を加えてとみつ金時と一緒に炊いてから、甘塩っぱく煮た油揚げを刻んで混ぜています。



総務省が実施した「家計調査」（二人以上の世帯）品目別都道府県庁所在地及び政令指定都市ランキング（2017年〔平成29年〕～2019年〔令和元年〕平均）によると、坂井市の隣の福井市は「油揚げ・がんもどき」購入額が日本一となっています。福井県では、油揚げといえば一般に厚さが2センチメートルから3センチメートルほどある厚揚げも油揚げのこと。厚みの違いもさまざまあって、家庭ごとに好みがあるのだとか。給食の献立には厚みのある油揚げをたっぷり使っており、食べ応えがあります。



福井県坂井市の伝承料理「あぶらげごはん」とは？

あぶらげごはんの歴史



写真協力：福井県交流文化部ブランド課

浄土真宗の開祖、親鸞の命日前後に門徒が寺に集まる「報恩講」は、地元では「ほんこさん」と呼び親しまれ、1日かけてお経をあげるおつとめや、お坊さんの説教を聞くという大切な行事。そのときに食べる膳を「お斎（おとき）」と呼び、精進料理であるため、たんぱく源として油揚げを使った料理が出されました。また、女性だけが参加する「尼講」というものがあり、古くは持ち寄った食材で昼食をつくって大皿に盛って食べていたそうです。厚くて大きな油揚げを煮たものなども出されましたが、これを食べやすく小さく切ってごはんとは炊き込んだものが、あぶらげごはんとして浸透したといわれています。

あぶらげごはんは、刻んだ油揚げをごはんに混ぜたシンプルな炊き込みごはん。醤油ベースの味付けを基本に、出汁を利かせたり、野菜や肉を入れたり家庭ごとに好みのアレンジがされています。給食の献立では、とみつ金時を加え、ほんのり甘いごはん、油揚げのおいしさが口にやさしく広がります。

風土と信仰に根付いた「あぶらげごはん」の実力



写真協力：福井県交流文化部ブランド課

坂井市の田園地帯では、古くは田んぼの畦で大豆栽培をする農家が多く見られたそうです。海から離れ、海産物が乏しい平野部では、大豆は貴重なたんばく源であり、豆腐や油揚げ、大豆をつぶして乾燥させた保存食の打ち豆など、さまざまな大豆の加工食品がつくられました。大豆栽培が盛んなことと、信仰によって根付いたあぶらげごはんは、大切な伝承料理といえます。



写真協力：福井県交流文化部ブランド課

全国給食牛乳コレクション

中国編

山口県 給食牛乳／やまぐち県酪乳業(株)



やまぐち県酪乳業（株）は「食を通じて人々の健康増進に貢献する」を目的に、徹底した品質管理のもと安全安心な製品を製造、出荷しています。山口県内のほとんどの小中学校に提供している「給食牛乳」は、山口県産の生乳のみを使用し、リユース（再利用）という環境への配慮や、子ども達にも扱いやすいことから軽量ビンを採用。デザインには長年親しまれている当社のマスコットキャラクター「ベルちゃん」を使用して、子ども達の健康に役立てるよう、努力しています。

取材協力：やまぐち県酪乳業（株）

鳥取県 白バラ牛乳／大山乳業農業協同組合



鳥取県内すべての酪農家が加入しているのが、大山乳業農業協同組合です。「白バラ牛乳」は県産の良質な生乳を100パーセント使用してやさしい甘さとコク、そしてスッキリとした後味が特徴。「白バラ」の花言葉には、「正直」「純粋」そして「私はあなたにふさわしい」という意味が込められています。パッケージデザインは50年以上変わっておらず、鳥取県で牛乳といえば「白バラ牛乳」というほど親しまれており、現在は県内すべての学校給食に供給しています。

取材協力：大山乳業農業協同組合