

がつ
9月

にほんぜんこくあじ
日本全国味めぐり

とうきょうと
東京都

てつぶん

鉄分もりもり

ふかがわ

ふうま

はん

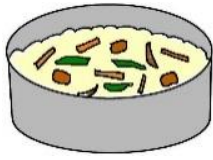
深川めし風混ぜご飯

しお

塩ちゃんこ

ちくか
A地区9日(火)

ちくにち
B地区30日(火)



てつぶんもりもり

ふかがわめしふうまぜごはん

しおちゃんこ

こんげつ

とうきょうと

きょうどりょうり

ふかがわ

今日は、東京都の郷土料理「深川めし」と

しお

「塩ちゃんこ」です。

ふかがわ

ふかがわ

げんざい

とうきょうと

こうとう

「深川めし」は、深川(現在の東京都江東

区)一帯で漁師さんが食べていたご飯で、あさり

とねぎをさっと煮て、汁も一緒にご飯にかけて食べ

ます。給食では、令和4年度レシピコンクール中学

生の部で入賞した「鉄分もりもり深川めし風混ぜ

ご飯」を取り入れています。東京都の小松川付近

で栽培されていたことが名前の由来になっている

小松菜をたっぷり使っています。



しお

すもうべや

た

しおあじ

「塩ちゃんこ」は、相撲部屋で食べられる塩味の

鍋料理です。野菜や肉などがたっぷり入っていて、

力士たちの体力づくりのために、東京都の相撲部

屋で「ちゃんこ鍋」として

生まれ、広まりました。



とうきょうと のうさんぶつ
【東京都の農産物】

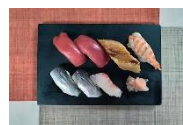


とうきょうと しょうかい
東京都の紹介

東京都は日本の首都で、広さは約2194平方キロメートルです。全国で3番目に小さい都道府県ですが、人口は1422万人で、日本の1割以上の人々が住んでいます。

江戸時代の屋台文化の中で生まれた「にぎりずし」「天ぷら」「そば」といった「江戸前料理」は、東京都由来の料理としてだけではなく、日本を代表する料理として世界中の人々に知られています。

とうきょうと てんどうりょうり
【東京都の伝統料理】



にぎりずし



うなぎのかば焼き



くしだんご

画像出典：農林水産省 うちの郷土料理