

地場産物名

米、えんどう豆、牛乳、伊勢茶、豚肉



献立のポイント(地場産物の説明等)

今日の献立は「豆ご飯、牛乳、豚肉の伊勢茶煮、ゆでキャベツ、昆布の田舎煮」です。
 豆ご飯は市内でとれた旬の実えんどうを使用しました。実えんどうは冷凍や水煮では一年中出回りますが、生の甘みやうまみを味わえるのは今の季節だけです。
 また、豚肉の伊勢茶煮は伊勢茶を煮出して豚肉を茹で、たれを絡めて作ります。伊勢茶で茹でることで、肉の臭みや余分な油を取ることができます。
 三重県は栽培面積、荒茶生産量のいずれも静岡県、鹿児島県について全国第3位で、深蒸し茶、煎茶、かぶせ茶などが年間約7,500t生産されています。恵まれた条件の中で栽培された伊勢茶は、葉肉が厚く、滋味濃厚で、湯飲みに注いだ瞬間にふわっと広がる香りと、ほどよい甘みと渋みが特徴です。

献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名
豆ご飯	米	100	伊勢市小俣町
	麦	5	
	えんどう	15	伊勢市
	塩	1.5	
牛乳	牛乳	206	三重県
豚肉の伊勢茶煮	豚肉	65	三重県
	ほうじ茶	0.3	三重県
	こいくちしょうゆ	5.2	
	穀物酢	2.6	
	本みりん	4	
	三温糖	0.65	
	ごま いり	2	
ゆでキャベツ	キャベツ	35	
	塩	0.23	
昆布の田舎煮	刻み昆布	5	
	油揚げ	13	
	にんじん	25	
	だいこん	13	
	はんぺん	6.5	
	清酒	1.3	
	本みりん	1.3	
	三温糖	2	
	こいくちしょうゆ	4	
	かつお節	0.65	
	水	32	