



材料(1人分)

- ・玉ねぎ 30g
- ・小松菜カット 15g
- ・ポイルむきあさり 10g
- ・人参 10g
- ・水 150g
- ・味噌 8g
- ★おろし生姜 1g
- ★塩 少々

おすすめ献立例

- ・ごはん
- ・あじのさんが焼き
- ・落花生の五目煮
- ★ふうかし

千葉県
メニュー

作り方

1. 玉ねぎは1cm幅にスライスし、人参はいちょう切りにします。
2. 鍋に水を入れ、沸騰したら玉ねぎと人参を入れます。
3. 人参が軟らかくなったら、あさり、小松菜、★を入れ味付けをします。
4. ひと煮立ちしたら火を止め、味噌を溶かし入れて完成です。



ふうかしについて

あさをたっぷり入れ、少量の味噌で味付けした“あさりの味噌汁”のことで、**千葉県（主に船橋市）の郷土料理**です。

江戸時代、**船橋市は賑やかな宿場町として栄え、漁業が盛ん**でした。船橋浦で獲れる魚介類は、将軍徳川家に献上されるほど新鮮で、中でもあさは身がふっくらとして大きく味も抜群！豊富に獲れるため、**特産品として親しまれてきました。**

今回ご紹介する「ふうかし」の歴史は、その昔現在のように冷蔵技術が発達していなかった時代に遡ります。漁師たちは獲れたあさが腐らないよう**蒸かしてから輸送**していました。その後、あさを蒸かした汁に味噌を少量（当時高価で貴重だったため）入れ、賄いとして食べたのが始まりといわれています。

現在では千葉県の小学校にて、毎年“潮干狩り”が行われ、獲ったあさを使った「ふうかし」が振舞われる恒例行事が開催されています。

埼玉県の給食情報

1食あたりの
給食費（平均）

271円

完全給食実施人数

30万1,861人

実施率98.8%

（令和2年千葉県教育委員会調べ）

千葉県について

首都圏の東側に位置する、太平洋に突き出た半島で、人口総数は628万3,853人（令和3年7月1日現在）。

成田国際空港があることから、年間を通じて多くの観光客が訪れます。東京ディズニーリゾートや鴨川シーワールドなどの人気テーマパークがある一方、マザー牧場をはじめとする広大な敷地面積を活かした自然豊かなスポットも多数あります。

多くの海水浴場を有する**九十九里浜**は全長66kmにもなり、日本最大級の砂浜海岸として有名です。

食文化について

千葉県は全国でも有数の農林水産物王国。中でも漁業に関しては、江戸時代から盛んに行われていました。そのため「ふうかし」「いわし団子」「さんが焼き」など、漁師の賄料理として生まれた郷土料理が数多く残ります。

農業産出額は**全国4位**。名産品といえば「落花生」です。生産量日本一を誇り、千葉県のみで全国の約7割を占めます。落花生は火山灰地でもよく育つという特徴があり、火山灰が多い北部地域に適した作物でした。明治9年頃に落花生の栽培を導入し、今では「千葉県産落花生」としてブランドが確立するほど人気となりました。