

# かぶらのやちやら



## 材料(1人分)

- ・かぶ 40g
- ・長いも 20g
- ・みかん缶 15g
- ・きゅうり 10g
- ・人参 5g
- ・きくらげ 2g
- ・糸寒天 0.5g
- ・お麩 2個
- ★酢 3g
- ★砂糖 1.5g
- ★塩 0.5g

## おすすめ献立例

- ・ごはん
- ・ぶりの照り焼き
- ★やちやら
- ・味噌汁
- ・ゆべし

富山県  
メニュー

## 作り方

1. かぶは色紙切り、長いもと人参はいちょう切り、きゅうりは輪切り、きくらげ、糸寒天、お麩はそれぞれ水で戻して軽く絞り、細切り、2cm幅、薄切りにカットします。
2. かぶ、人参、長いもは火が通るまで茹でます。きゅうり、お麩、きくらげはさっと茹で水を切ります。
3. 2、みかん缶、糸寒天と混ぜ合わせた★を和えて完成です。

## かぶらのやちやらとは？

関西では「かぶ」のことを「かぶら」といいます。「かぶらのやちやら」はかぶを使った甘酢和えです。富山県の郷土料理で、高岡市や砺波市の辺りで普及したといわれています。

“やちやら”という名前の由来は、「8つの食材を使用していること。」「“やたら”多くの野菜を使用すること」からきています。

使用する食材は家庭により様々ですが、主にかぶ・人参・きゅうり・長いも・麩・糸寒天・きくらげ・みかん缶の8種類が使われています。

多くの食材を使う彩り豊かな食べ物で、お祭りやお正月など行事のおもてなし料理として振舞われています。

## 富山県について

富山県は、高さ3,000m級の山々が連なる立山連峰から水深1,200mを超える富山湾など、山と海に恵まれた自然豊かな県です。人口総数は102万7,559人(令和3年8月1日現在)です。

建ち並び合掌造りの建物、のどかな山村風景など、日本の原風景を感じさせる小さな山里が点在する五箇山。世界遺産に登録されているながら、現在も人々が暮らしている生きた世界遺産です。

観光地としても有名な「黒部ダム」は、日本最大級のダムです。黒部峡谷トロッコ電車からは、日本三大峡谷の1つである日本一深い谷の「黒部峡谷」の絶景を楽しめます。

## 食文化について

“天然のいけす”と称される魚介類の宝庫「富山湾」では、富山県だけで漁獲される名産品の「シロエビ」や、最高級ブランド「氷見の寒ブリ」など様々な魚介類が獲れます。「ます寿司」や「昆布締め」など新鮮な魚介類を使用した郷土料理も多数存在します。

富山県では冬の期間に「カン(寒)カン(甘)野菜」と呼ばれる野菜が販売されます。キャベツ・人参・かぶ・大根をはじめとした16品の野菜が指定されています。冬の厳しい寒さを活かし「低温下でじっくり時間をかけて育てる」「一定期間貯蔵する」といった方法で作られた野菜は、糖が多く甘味があるのが特徴です。

## 富山県の給食情報

1食あたりの給食費(平均)

小学校 271円

中学校 317円

完全給食実施人数 実施率99.8%

小学校 5万364人

中学校 2万7,007人 実施率99.6%

(平成30年年文部科学省)