

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12回

新潟県燕市の学校給食

鶏肉のレモン和え

給食メニューから

故郷の味に

さわやかな風味

「鶏肉のレモン和え」

〔燕市教育委員会学校教育課学校給食係〕

旧燕市、吉田町、分水町が合併して2006年に誕生した燕市。市の面積の約半分を占める農地でさまざまな農産物の栽培を行っている同市では、学校給食に年間を通して地元で採れた旬の食材が登場します。今回は燕市吉田地区発祥のソウルフード「鶏肉のレモン和え」を紹介しします。



鶏肉のレモン和え、もやしとコーンのおひたし、もずくの味噌汁、そして牛乳の献立。ごはんは「こしいぶき」や「コシヒカリ」など燕市産の米を使用しています。また、全国でも有数の工業地帯である燕市は、金属洋食器の生産では、国内ナンバー1のシェアを占めています。学校給食で使うスプーンは燕市内の事業者との共同開発です。



鶏肉に酒、醤油、しょうがで下味をつけ、片栗粉をまぶしてカラッと揚げます。そこにレモン汁、砂糖、醤油、みりんを合わせたタレを絡めます。揚げたての熱いうちに絡めて、タレを全体になじませるのがポイント。最後にバセリを振って完成です。給食ではレモン汁で代用することが多いですが、生レモンを皮ごと使ってタレを作るのもおすすめです。



鶏肉のレモン和えは、子ども達による献立の人気投票で1位になることが多い大人気メニュー。献立に登場すると食べ残しがほとんどなく、しばしば保護者から「レシピを教えてください」という問い合わせがあるそうです。

燕市のご当地メニュー「鶏肉のレモン和え」とは？

鶏肉のレモン和えの歴史



1981年に旧吉田町の給食メニューに加わったのがきっかけで、今では学校給食の人気メニューとして定着しています。給食メニューから燕市のソウルフードとなったきっかけは、給食で鶏肉のレモン和えを食べて育った吉田商工会青年部の貢献があります。吉田商工会青年部は2011年頃から地元のソウルフードとして鶏肉のレモン和えを地域内外にPRし始めました。すると、徐々に地元の精肉店や飲食店で扱う店舗が増加。2014年には新潟の食の魅力を発信する「国際ご当地グルメグランプリ」で審査員特別賞を受賞しました。

地元の精肉店や居酒屋、レストラン、バーなど、メニューに取り入れる飲食店も多く、それぞれの店舗で独自のアレンジが加えられているので食べ比べが楽しめます。吉田商工会ではその飲食店が一覧となった、燕市吉田の「とりにくのレモンあえマップ」や「のぼり旗」を作成。また、イベントへの出店を通して地域や青年団体同士がつながるきっかけにも。鶏肉のレモン和えは地域を盛り上げる起爆剤として大いに活躍しています。

さっぱりジューシー「鶏肉のレモン和え」の実力



ごはんのおかずにも、お酒のお供としても相性が抜群なので、老若男女を問わず人気がある定番メニュー。レモンのさっぱりとした風味で食欲が増進され、たんぱく質をしっかりとることができます。



全国給食牛乳コレクション

関東編

栃木県 とちらく牛乳／栃酪乳業(株)



栃酪乳業(株)の「とちらく牛乳」は、栃木県産の健康な乳牛から搾った生乳のみを使用。無脂固形分8.3パーセント以上、乳脂肪分3.6パーセント以上の成分無調整牛乳です。風味に優れており、牛乳本来の甘味やコクを味わえます。パッケージは日本の良さである絆をイメージしたデザインに。心と心を、また、人と人をつなぐ「結ぶ」という想いを込めて、赤いリボンで絆を「結ぶ」ことを表現しています。また、とちらく牛乳は徹底した品質管理によって製造、出荷されているので、子ども達は安心安全に飲むことができます。

取材協力：栃酪乳業(株)

群馬県 みんなの給食牛乳、東毛酪農牛乳／東毛酪農業協同組合



東毛酪農業協同組合では、2種類の学校給食用牛乳を生産しています。紙容器の「みんなの給食牛乳」は子ども達に親しみを持ってもらえるように可愛い牛の絵柄を採用。鮮度の高い生乳を75度15秒殺菌したフレッシュミルクです。一方、ビン容器の「東毛酪農牛乳」は子ども達にも扱いやすい軽量ビンで、キャップはリサイクル可能なポリエチレン素材を使用し、牛乳からのゴミ0を目指しています。同組合では学校給食用牛乳から子ども達の牛乳嫌いを増やさないように、群馬県産の高品質な牛乳を選んで使用しています。

取材協力：東毛酪農業協同組合