

東海地域の和食文化ネットワークの会員の皆様

◇○▽◇○▽◇○▽◇○▽◇○▽◇○▽◇○▽◇  
▽ 東海地域の和食文化メールマガジン ▽  
◇ 「東海の和食」第59号（2023年11月24日） ◇  
△◇○△◇○△◇○△◇○△◇○△◇○△◇○△

---

## 自家製ゆず茶

---



お風呂に浮かべることもある黄色く熟した「ゆず」が出回り始めました。ゆずは奈良時代に栽培の記録があるほど歴史の古い果実です。

ゆずが含むビタミンCはレモンより3倍ほど多いと言われ、風邪予防や疲労回復などの効果が期待されます。そのビタミンCは皮の方により多く含まれています。食材として使われることもありますし、皮と果肉の両方を使って「ゆず茶」にすることもあられるでしょう。簡単に作れるレシピもありましたので、自宅でゆず茶を作ってみました（ゆずを皮ごと細かく刻み、同じ分量のはちみつと一緒に煮るだけです）。甘くて温まるゆず茶で、冬の寒さを乗り切りたいと思います。みなさんも作ってみませんか？

---

## 東海地域に関するお知らせ

---

エシカル消費に関するセミナー「東海の食文化に欠かせない 発酵の新たな魅力を考える」の参加者を募集しています

東海農政局では、エシカル消費（人や社会、地域、環境に配慮した消費行動）をより多くの皆さまに実践していただけるよう、エシカル消費に関するセミナーを開催します。このセミナーでは、東海地域の風土・気候に根付いた発酵調味料・発酵食品の魅力や使い方、伝統食との関わりを基調講演・パネルディスカッションによりお伝えします。

参加費は無料で、オンラインでも視聴できますので、ぜひご参加ください。

日時：令和6年1月30日（火）13時から15時45分（受付12時30分から）

場所：AP名古屋 P・Qルーム（愛知県名古屋市中村区名駅4-10-25 名駅IMAIビル6階）

Zoomウェビナーによるオンライン参加の併用

内容：「食品の安全に関する情報提供」「食を支える発酵調味料～日本の納豆とアジアの納豆～」



<農林水産省のWebサイト（和食文化ネットワーク）>

<https://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/network/main.html>

（農林水産省へリンク）