

ふるさとくまさんデー



毎月19日前後は「ふるさとくまさんデー」です。熊本県内の地域の味を紹介し

あまくさ あじ 天草の味



あまくさ あじ たの 天草の味を楽しみましょう！

天草は四方を海に囲まれた島なので私たちが生活している菊池とは違った食文化があります。海産物がおいしいので、たこ、あおさ、きびなごを使った献立にしています。天草の味を楽しんでください。



たこめし



天草のたこめしは、「生」のたこを使う地域と「干しだこ」を使って作る地域があります。たこの色素が溶け出して赤飯のように見えることからお祝いのときにも出されています。

あおさ汁



天草では、波の穏やかな入り江の地形を利用して、あおさが栽培されています。あおさは、わかめやひじきと同じ海藻のなかまです。カルシウムやビタミンA、B群、食物せんいが豊富に含まれていて骨や歯をじょうぶにしてくれます。

