



# 義明苑 ご当地料理



社会福祉法人 美明会 特別養護老人ホーム 義明苑

令和2年初出し（過去歴14弾）！！

2020年2月号

発行：栄養課

1月28日に14弾目で、『新潟の郷土料理』を厨房が提供させていただきます。

※過去歴『九州』『北海道』『長野』『栃木』『群馬』『千葉』『沖縄』『秋田』『岩手』『神奈川』『愛知』『愛媛』『埼玉』

今回は、ゲレンデで恋したくなる『新潟料理』です。

## ♪ 1月28日の昼食ご紹介♪

わっぱ飯・・・杉の板を丸く曲げて作る弁当箱に旬の具材を乗せて

蒸しあげた郷土料理、今回は、鮭をほぐしてイクラと一緒に

食べて頂きます♪



イタリアン・・・新潟B級グルメの登竜門です。

モチモチ食感の太麺焼きそばにミートソースをかけた一品

50年以上前からあるこのメニュー、食事・おやつに

県民には愛されている料理となっております。

小松菜の塩昆布和え・・・本当は、女池菜という郷土野菜を使用したい

のですが、栃木県では入手できず、似ている小松菜で和え物を作りました。



あんこう鍋・・・糸魚川の近辺では、あんこう料理が家庭料理

として親しまれています。荒波あんこう、義明苑厨房初だし！！

楽しんでください。



越後苺・・・新潟のブランド苺。に似た、

栃木のブランド苺を出します。(すいません。)



## ♪ おやつ♪

新潟銘菓『万代太鼓』・・・創業1858年の老舗菓子店の

ロングセラー商品です。しっとりとした食感の後に、

ふんわりクリーム味が広がります(\*^.\*^)



義明苑 栄養課一同