令和６年度９月号

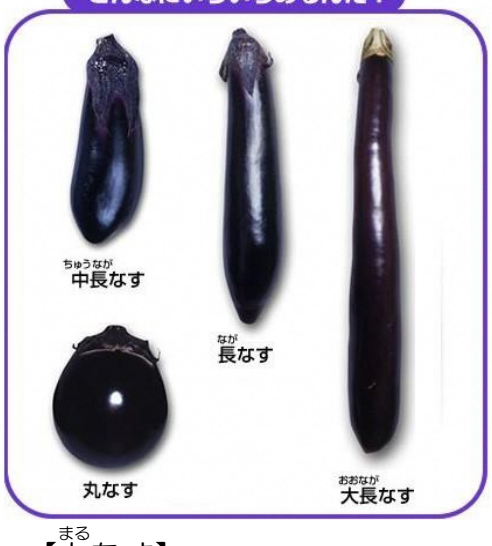
きゅうしょくだより

再発見！地域の魅力

～「賀茂なす」ってどんな「なす」？～

「なす」といえば、外がわは濃いむらさき色で形はたてに長い卵型、今の時期にたくさん採れる夏野菜です。

でも実はなすにはいろいろな種類があり、亀岡で作られている、全国的に有名なブランドなすもあります。身近だけど意外と知らないなすについて、勉強してみましょう！



【中長なす】
お店でよく見るのはコレ！作りやすくてたくさん採れます。

【長なす・大長なす】
長なすは 20～25ｃｍ
大長なすは 40～45ｃｍ
長いことが特ちょうです。

【丸なす】
まん丸な形が特ちょう。亀岡で作られているブランドなすは丸なすの一種です。

【なす】
その他にも大きさや形・色がちがうなすもあるよ！
お店で見つけたら
ラッキー☆

亀岡市立学校給食センター　TEL 0771-24-3833
亀岡市産業観光部農林振興課　TEL 0771-25-5036

亀岡産野菜が給食に！

～亀岡で作られた野菜が給食に登場します～

今月の給食には、亀岡で作られている京のブランド野菜の１つである「賀茂なす」が登場します！
亀岡の野菜を食べて、知って、亀岡の農家さんを応援しましょう！

【賀茂なす】

賀茂なすは丸なすの一種で、「京のブランド産品」に登録されています。亀岡が一大産地で、市場に出回る賀茂なすの約6割は亀岡産です。

大きさはソフトボールぐらいで、重さは１つで５００ｇほどまで大きくなることもあります！

外がわは真っ黒でつやつやしていて、その美しさと美味しさから✨「なすの女王」✨と呼ばれています。

他のなすよりも高値で取引される、高級野菜です。

みそをぬった田楽や肉づめ、グラタンなど、いろいろな食べ方が楽しめます。

★なすクイズ★（答えは下をご覧ください）

Q. なすは英語で〇〇〇プランツと呼ばれています。見た目があるものに似ていることから付けられた名前ですが、何に似ているのでしょうか？

☆ヒント☆
白いなすって何かに似てる？

A.トマト　B.スポンジ
C.たまご　D.ナマコ

賀茂なすのラタトゥイユ

亀岡で育てられた賀茂なすを使った献立が
A 献立：9月19日（木）、B 献立：9月26日（木）の給食に出ます。

【材料：中学年4人分程度】
・鶏肉・・・100g
・にんにく・・・1g(みじん切り)
・塩・・・少々
・こしょう・・・少々
・賀茂なす・・・80g(6等分→乱切り)
・たまねぎ・・・80g(スライス)
・かぼちゃ・・・20g(角切り)
・ズッキーニ・・・20g(半月切り)
・オリーブオイル・・・小さじ1／3
・カットトマト水煮・・・80g

〇調味料〇
・ブイヨン・・・小さじ1弱
・白ワイン・・・小さじ1／4
・水・・・20cc

＜作り方＞
1．鍋にオリーブオイルを熱しにんにくを炒め、香りがでれば鶏肉を入れ塩・こしょうをして炒める。
2．たまねぎを加え炒める。
3．かぼちゃ・賀茂なす・ズッキーニを加え炒める。
4．水を加えて煮る。
5．野菜が少しやわらかくなったら、カットトマト水煮・調味料を加え、さらに煮込む。

保護者の皆さまへ―亀岡市では、地元産食材の利用促進を目的に、給食の食材費の一部を負担しています。「再発見!!地域の魅力」は食べ物と農業のつながりを考える「地元産農産物等利用推進事業」として農林振興課が担当しています。

出典：農林水産省「農産物探検隊　ナスこんなにいろいろあるんだ！」
https://www.maff.go.jp/j/agri_school/a_tanken/nasu/03.html

答え：（エッグプランツ）