

ねん ど

2026年度

あじ

こんちゃんと味めぐり

み え けん しゅっぱつ 三重県を出発したこんちゃんは、きた む し が けん 滋賀県にやってきました。

し が けん けん めんせき やく ぶん し にほんさいだい 滋賀県には、県の面積の約6分の1を占める、日本最大の
みすうみ びわこ びわこ きんき みず 湖である「琵琶湖」があります。「琵琶湖」は「近畿の水
がめ」と呼ばれ、近畿地方に住む人々の生活に欠かせない
すいげん 水源となっています。

し が けん
滋賀県



う まめ いとこんぶ いた に
打ち豆と糸昆布の炒め煮

にち
(11日)



「打ち豆」とは、大豆をぬるま湯に浸した後、木づちなどで平たくつぶして乾燥させたものです。滋賀県だけでなく、北陸地方や東北地方などの、雪の多い地域で保存食として親しまれてきました。また、「打ち勝つ」という言葉の語呂合わせから、織田信長が好んで兵士に与えたとも伝えられています。打ち豆は日持ちする乾物である一方、つぶしてあるため火の通りが早く、大豆のいいというま味が出るので、汁物、酢の物、煮物など、さまざまな料理に使われています。

打ち豆の原材料である大豆には、骨や歯をつくる材料となるカルシウムをはじめ、様々な栄養素が含まれています。特に、体をつくるたんぱく質が豊富なことから、「畑の肉」ともよばれています。

