

食育コラム

大崎の美味しいもの 「味噌」

日本人の食事に欠かすことのできない「味噌」。産地や原料により味や色、香りも異なり、地域に根差した味噌として作られています。



味噌の原料となる大豆の生産量全国第 2 位の宮城県では、おいしい味噌がたくさん作られています。宮城県といえば「仙台味噌」。伊達政宗公が仙台城を造った時に、城内に味噌工場も作りました。郷土料理の「しそ巻き」は、自慢の仙台味噌で政宗公が作らせたと伝えられています。

県内一の大豆の生産量を誇る大崎市でも、味噌作りを始めとする発酵食文化が盛んです。作り手によって風味が違うので、地場の味噌を楽しむのも良いですね。

これからの寒い季節、野菜たっぷりのみそ汁がみんなの体を守ってくれますよ。

大崎市の食育推進テーマ「みんなで楽しく食事をしよう！」
コラム作成：大崎市食育推進ネットワーク会議（学校栄養士会）