

# さむ〜い冬はあったかい納豆汁を！



日本の伝統食としてたくさんの子供たちに食べてもらいたいわ。

## 秋田県の横手市に伝わる納豆発祥伝説

今から九百年以上前、「後三年の合戦」という戦が起こりました。その戦の折、煮豆を供出するために馬の背に乗せて兵が運んでいました。すると煮豆は、とても不思議な香りを放ち、糸を引くようになっていたそうです。

これが秋田県での納豆発祥の由来といわれています。

※諸説あります。

秋田県県南地区では、こどもからお年寄りまで年齢問わずに「寒い冬はあったかい納豆汁」が伝統料理として定着しております。ぜひ、秋田の納豆の歴史と共に、納豆汁を給食でご提供してみてもいいかがでしょうか？

## ヤマダフーズ給食レシピ

### 【 あったか納豆汁(控えめ) 】

【材料】~1人分~	【分量】
業務用納豆ペースト200g	40g
味噌	8g
油揚げ	15g
豆腐	30g
なめこ	15g
お好みの山菜(お好みで)	20g
出し汁	120ml
ねぎ	適量



#### <一口メモ>

●納豆をすりつぶし、三菜等を入れたお味噌汁に溶かし混ぜて作る納豆汁はその独特な香りととろみ特徴的な秋田県の伝統料理です。

#### 【 作り方 】

- ①豆腐、油揚げを適当な大きさに切ります。
- ②鍋に分量のお湯を入れ、沸騰したら、山菜等を入れ、数分煮立たせます。
- ③納豆ペーストを溶かし入れ、よく混ぜたら、お豆腐と油揚げを入れます。
- ④最後に味噌で味を整えて、お好みでねぎを散らして完成です。



【業務用納豆ペースト200g】を使用しております。

⇒市販の納豆汁よりもさらに溶け易くなっており、使いやすい200gタイプです。1袋で約5人分の納豆汁が出来ます。