

11/22 和食の日

和食の日

11月24日は、

です。

今年是世界無形文化遺産に登録されて10年目です！

様々な国の人が和食の文化に注目しています。

◎お赤飯

※お食い初め…生後 100 日を祝って一生食べ物に困らないようにごはんを食べさせる真似をする伝統的な儀式です。

お祝いのときに食べるのが「お赤飯」です。

お食い初めや七五三、入学式・卒業式などで

食べることが多いです。

室町時代からお祝いの席で食べられていました。



◎酢の物

日本では、700年前から酢の物（なます）が

食べられています。季節の食材や各地の名産を使用し

季節や自然を味わう料理として食べられています。



給食クイズ

～あじについて～

基本の味には5つの種類があります。

甘味・塩味・酸味・苦味、あとひとつはなんでしょう？



- ①うま味
- ②辛味
- ③渋味

こんぶ にく しょうゆ
昆布や肉、醤油やみそなどに入っている

わしょく か あじ
和食には欠かせない味だよ。

「うま味」の存在は日本人が

みつけたため世界共通で

「UMAMI (うま味)」というよ！

こたえ：①うま味



みそ汁にはうま味がたっぷり！