

地元で生産された食材を使って アイデア料理を考えよう！

<学校給食アイデア料理コンテストの応募をめざした授業の実践>

豊橋市では、地産地消推進活動の一環として、地元農産物を給食に取り入れようと、学校給食アイデア料理コンテストを企画している。毎日食べる給食に、自分の考えた料理を登場させたいという期待を込め、生徒たちは意欲的にアイデア料理を考えることができた。

この活動を通し、自分たちの暮らす地域で多く生産される食材に興味を持ち、その食材の取り扱い方を知り、親しみを持って食生活に取り入れることが、地産地消の実践につながると考えた。

1. はじめに

豊橋市は、愛知県の東南部に位置し、太平洋に面した肥沃な土壌と豊かな気候に恵まれた地域である。全国的に見ても農業が盛んな地域で、市町村ごとの農業産出額では昭和42年から平成16年の統計まで全国1位となっている。昭和43年に豊川用水が完成されたことにより、豊富な水が安定的に供給されるようになったことと、地域の人々が、田畑の開発や整備、生産力を高めるための工夫、新しい品種への挑戦など、さまざまな努力を続けてきたことで大きく発展してきた。主に生産されているのは、大葉(青じそ)、豚、トマト、生乳、米、うずらなどだが、他にもさまざまな作物が生産されており、市内の地域ごとに特徴がある。

この影響を受け、市内の各地には市が立ち、スーパーでは生産者のわかる野菜を安く販売するコーナーが設けられている。こうした身近にある地元の農産物をもっと利用し、積極的に自分の食生活に取り入れていく学習を目的とし授業に取り組んだ。

2. 指導計画

- ・導入「学校給食アイデア料理コンテストに応募しよう！」(地元農産物・食材としての特徴・栄養的な価値などを調べる) …1時間
- ・オリジナルレシピを考えよう。 …2時間
- ・オリジナルレシピを作って食べよう。…夏休み課題
- ・レシピや感想、反省などの発表。 …掲示

3. 指導上の留意点

- ・料理経験が少なく、すぐには食材の組み合わせ方や、調味の仕方、調理手順が思い浮かばない生徒には、様々なレシピ本や献立カードなどを用意し、それらを参考にしながら、地元農産物を取り入れたり、自分なりのアイデアを加えたりできるようにする。
- ・全くのオリジナル料理を考える生徒には、随時、調理手順を確認し、食材の切り方や加熱方法などをアドバイスする。
- ・考えた料理に親しみを持ち、より自分の考えた料理と実感できるように、ユーモアのあるネーミングをするなど料理名を工夫させる。

4. 実践

「豊橋で多く生産される食材は？」

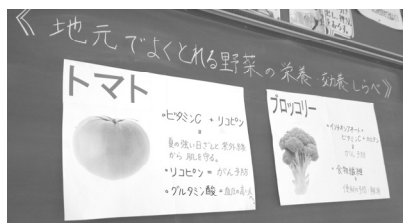
あらかじめ用意した資料を用い、市町村別農業産出額、日本一になった理由、農業の特徴、豊橋で作られる主な野菜、農家の取り組みなどをプリントにまとめた。

—プリント例—

- | | |
|-------|---|
| 南部 | …畑が多く、キャベツ、はくさい、() など
露地や施設の野菜の栽培、牛、豚、鶏などの畜産が盛んに行われる。 |
| 西部 | …田が多く、() づくりを中心に露地や施設の園芸が行われる。 |
| 北部・東部 | …(), なし、ぶどうなどの果樹栽培と米づくりが行われる。 |

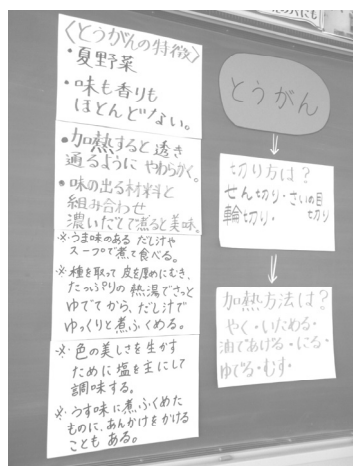
「食材をどうやって取り扱うか」

まず、地元豊橋でとれる農産物の栄養的な価値を示し、新鮮な野菜などをたくさん摂取することは、健康にも効果があることに気づかせ、積極的に料理に取り入れようという意欲を高めた。



板書例

次に、その野菜をどう取り扱ったらよいのか、食材事典や資料を用いて調べ学習を行った。



板書例

また、アイデア料理コンテストのテーマとしてあげられている食材については、穴うめプリントにまとめ、食材の特徴をつかめるようにした。

うずらの卵

特徴 鶏卵と比較して、高エネルギーで、脂質に富む。カリウム、リン、鉄、()なども鶏卵と比較して豊富である。

加熱方法

ゆでる → () からゆでて、沸騰後 () 分
焼く ・ ゆでて揚げる…など

とうがん

特徴 () %以上が水分。() が多く含まれる。
調理法 種を取って、皮をむき () でさっとゆでてから、だし汁でゆっくり煮る…

—プリント例—

「オリジナルレシピを考えよう」

「うずらの卵を二つ目玉焼きみたいにして、顔になるような料理にしたいのだけど、給食じゃあ無理かな。」生徒たちは、コンテストのテーマになっている食材を条件に合うように試行錯誤をしながら、レシピを考えたと。「とうがんはゆでたり煮込んだりする料理に合うんだよね。」と、調べたことを参考にレシピを考える生徒の姿もあり、意欲的にレシピづくりに取り組めた。

「オリジナルレシピを作って食べよう」

夏休み中の課題にしたため、家庭の協力もあり、出来上がった料理の写真や図を見ると、料理の完成度が高く、部活動に来るついでに、「先生、作ったよ」と、ラップにくるんだ料理を持って来てくれる生徒もあった。また、「作ってみたら、盛りつけが思い通りにいかず、途中から手順を変更した。」と、実際に試してから、工夫を付け加えた生徒もあった。 作品例



提出された作品の中から、より創意工夫されているもの数十点をコンテストに応募し、見事2作品、賞をとることができ、全校生徒の前で、大きな賞状を手にした生徒の表情は晴れやかだった。

5. 課題と反省

- ・今までの調理経験や家庭での協力の有無により、個人差が大きく出てしまうので、野菜を使った調理の指導と組み合わせながら、校内で調理実習を行う機会を持てるとよかった。
- ・調べ学習や発表の時間を十分にとり、生徒同士が思いや考えを共有する時間をとれるとよかった。

参考文献・参考Webページなど

<http://www.city.toyohashi.aichi.jp/nousei/gaiyou/index.html>

- ・「あいちの伝承料理集—あいちの伝承料理 400 選—食と緑の元気な人づくり事業（食育サポート推進事業 H17. 11）愛知県農林水産部農業経営課
- ・講談社編「旬の食材 春・夏の野菜」