

# ヤーコンを味わいました！

瀬戸市では、市内の広之田町で育てられた野菜「ヤーコン」を給食に取り入れています。

ヤーコンは、南米アンデス高地原産の根菜で、見た目がさつまいもに似ています。85%が水分で、生で食べると果物の梨のようなシャキシャキとした食感を楽しむことができます。また、炒め物や揚げ物などにしてもおいしく食べられます。食物繊維が豊富であることから、「健康野菜」として注目されています。

子どもたちは旬の12月に給食でヤーコンを味わい、地元産の食材に触れることができました。



【給食用に収穫されたヤーコン】

小学校(掛川小学校を除く)とにじの丘中学校・瀬戸特別支援学校

掛川小学校と中学校(にじの丘中学校を除く)

◎ヤーコンのきんぴら

牛乳

わかさぎのから揚げのり風味

のっぺい汁

ごはん(あいちのかおり)

◎ヤーコンのきんぴら

牛乳

のりの佃煮

コロッケ

玄米ごはん

冬野菜のとろみ汁


A小学校では、4年生の児童が生産者の三浦さんの畑でヤーコンの収穫体験を行いました。地中に根を張り、大きく成長したヤーコンを掘るのは力が必要で、生産者の苦労や収穫の喜びを体感することができました。



【A小 ヤーコンの収穫体験の様子】

B小学校では、給食の時間に各学級でヤーコンや生産者の方を写真で紹介しました。ICT 機器を使用して教室のスクリーンに写した資料を見ながら給食を食べ、地元産の食材への理解を深めることができました。

**12月7日(水)瀬戸市産「ヤーコン」**




これは今日の給食に出るヤーコンです。日本ではまだ、あまり知られていない、めずらしい野菜です。

見ためはさつまいもにそっくりですが、味や食感はまったくちがいます。

シャキシャキして、ほんのり甘みがあり、生で食べることもできます。

今日は豚肉やごぼうといためて、きんぴらにしました。



わたしが育てたヤーコンを  
おいしく食べてください。

【B小 ヤーコンの紹介資料】