

10月の郷土料理食

四国地方

平成29年9月28日(木)

お楽しみ！！



● かつお飯(高知)

高知で生まれたカツオの炊き込みご飯。
高知といえば「カツオのたたき」が有名だが、余った際に無駄なく美味しく食べようと漁師が工夫した料理です

● 鶏肉とキャベツの土佐酢炒め(高知)

● けんちゃん煮(徳島)

鎌倉の建長寺(けんちょうじ)で豆腐と野菜を混ぜ合わせて作ったのが、その名前の由来だと言われています。

● 菜の花のみそ汁(徳島)



● ヨーグルトムースの柚子ソースがけ(高知)