

地元食材の地産地消

神出響（徳島科学技術高校） 四宮直哉（城東高校）
岡田悠里（海部高校） 武地心奏（城ノ内中等教育学校）
峯下優華（城ノ内中等教育学校） 長池武人（富岡西高校）
池田晃誠（城南高校）

1. 背景

私たちは、小中学校の給食で地元食材を使った料理が提供されていた。しかし、中学校を卒業して以来給食がなくなったことで地元食材にあまり触れる機会が少なくなったと思う。そこで私たちは地元食材の中でそば米と半田そうめんに着目した。私たちにとって、「そば米＝そば米汁」というイメージしかなく、そのイメージでしかそば米は定着していないのではないかと考えた。また半田そうめんは、お中元として毎年夏にもらうことが多いが、麺つゆをかけたりつけたりするなど、味のレパートリーが少なくその味に飽きてしまっている。どちらも、「郷土料理の材料として」や「シンプルな味付け」といった昔から伝承されてきた食べ方しか定着していないので、現代風にアレンジしたレシピを考案し調理方法のレパートリーを増やしたいと考えた。そして、より多くの人に様々な調理方法によって新たな角度から地元食材に親しんでもらうことで、消費量が増えるのではないかと考えている。

○先行事例

・大分県大分市郷土料理アレンジコンテスト [1]

→.このコンテストは地元食材を使って郷土料理を若い感性で作ってもらおうとい

う高校生が参加しており、若者にもっと地元食材に親しんでもらうために開催されている。そのため、実際に郷土料理をアレンジしたもののうち、このコンテストの受賞作品は若者向けであると考えられ、より若者に魅力が伝わりそうだと考えたので、地元食材のアレンジレシピを考えるうえで参考にした

・淡路島バーガー[2][3]

→淡路島名産の玉ねぎをふんだんに使用したバーガー。玉ねぎカツやオニオンライスへのアレンジの他、淡路島産のトマトソースや淡路鶏・淡路島牛乳を使用したグラタンソース、9cmにも及ぶ厚さが魅力的。全国各地の県や地域を元気にしたい団体がご当地食材を使ったバーガーで競い合う「全国ご当地バーガーグランプリ」で1位、2位を獲得したそう。地元食材に「おしゃれ」「映え」といった概念を掛け合わせているという点でインスタグラム等のSNSで流行しており若者や子どもたちの印象に残るレシピを考える際に参考になる。

・春にんじんそらそば

→地元食材のにんじんをそうめんにかけて合わせ、写真映え・食欲をそそる見た目にした。スープに入れたりして、にんじんが苦手な子どもにも食べやすくアレンジしている。子どもに親しみやすいレシピ作りの参考になる。令和6年5月21日朝日新聞にも取り上

げられ、注目されている。



2. 方法と結果

2-1. 方法

アレンジレシピの料理を実際に作り、その様子の動画を撮影し、YouTubeで発信を行う。その際には以下の点に注意した。

見た目を色鮮やかで、魅力のあるものにする事で、地元食材を使用した郷土料理の堅苦しいイメージを払拭

郷土料理は古くから日本にあるもので、韓国料理のような最近流行しているものと比べると、子どもにとって興味をそそられるものだとは考えにくい。そこで、彩り豊かな見た目にしたり、若者が親しみやすい料理にアレンジしたりすることでそのイメージを変えられると考えた。

料理はとくぎんトモニプラザ(青少年センター)の貸キッチン[4]を利用して料理し、動画を撮影。

○活動を行うにあたって注意したこと

・食材が傷まないように購入後すぐに調理した

・調理直前や調理時にこまめに手洗いをした

・マスク着用で感染予防をした

・貸キッチンの調理器具を使用前後に洗うなどし、安全に使った

・その他消費者庁の食中毒対策[5]を参考にした

→動画の発信方法

・YouTubeショート

・YouTube

○作成した動画

<https://youtu.be/L1eGoaoZqyw>(そうめんカルボナーラ)

<https://youtu.be/Vop1fOrVWbA>(そば米バーガー)

<https://www.youtube.com/channel/UCX0iInedqiwZtpxhXLtm5j9A>(YouTubeチャンネル)

Googleフォームを活用しアンケートを行った

・YouTubeチャンネルでのリンクの記載

・投稿した動画の概要欄でのリンクの記載

・知人へのQRコードでの配布

①そば米を使ったアレンジ

そば米をそば米汁としてだけでなく、新たな使い方の可能性を見出したいという思いから、最近バーガーチェーン店で売られているライスバーガーをもとにそば米バーガーのアイデアを思いついた。こだわったポイントは、そば米汁に使われているそば米、鶏肉、にんじんを使用していることだ。そば米を使用したライスバーガー風バンズ、徳島県産阿

波尾鶏のミンチ・にんじんをみじん切りにして使用したパティ、徳島県産すだち果汁を使用したラビゴットソースというアレンジをした。また、バンズは、そば米だけでは固まらなかったため、ライスバーガーを参考にして、粘り気のある白米にそば米を混ぜて固まるよう工夫をした。

〈そば米バーガー〉

[バンズ]

・ゆでたそば米 60g

・白米 180g

そば米:白米=1:3

[パティ]

・鶏ミンチ(阿波尾鶏モモ肉) 150g

・にんじん 1/3本

・玉ねぎ 1/4個

○つなぎ

・パン粉 大さじ5

・卵 1個

・塩コショウ 少々

・牛乳 50ml

[ソース]

ラビゴットソース

・すだち(ラビゴットソースのレモンの代用)



(写真2:完成したそば米バーガー)

②半田そうめんを使ったアレンジ

半田そうめんは他のそうめんと違った太さが魅力である。そこで、半田そうめんの太さを活かしたパスタ料理の一つカルボナーラは若者たちに人気で簡単に作ることができ、若者だけでなく子供たちにも半田そうめんのアレンジレシピとして親しんでもらおうと考え、このレシピを考案した。通常は、そうめんの食感を生かすために氷水でしめるが、パスタの温度を保つためにも茹で時間を調節した。パスタを使ったカルボナーラに味や食感が似ていて、親しみやすい一品である。

〈カルボナーラ〉

・ベーコン 120g

・卵 2個

・粉チーズ 大さじ6

・半田そうめん 1束(スパゲッティの代わり)

・オリーブオイル 大さじ1

- ・バター 20g
- ・牛乳 大さじ6
- ・卵黄 1個、コショウ 少量(お好みで)



(写真3:完成した半田そうめんカルボナーラ)

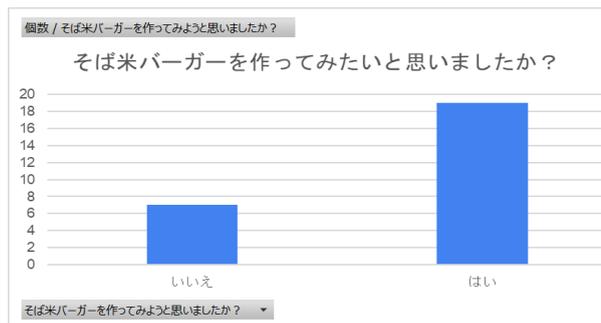
2-2結果

アンケートの回答結果より

実際に行ったアンケート↓

(そば米)

<https://forms.gle/ftNXWA1se2QeriJK9>



(図1:動画視聴後にそば米バーガーを作ってみようと思ったか)

全体の約7割の人は作ってみようと思ったことからそば米のイメージを変えることができた

(表1:動画視聴前のそば米の印象)

郷土料理について動画視聴前の印象を教えてください
 そば米はお汁に入れるくらいの使い方しか知りませんでした。
 意外と中々食べる機会がない
 そばごめ汁は郷土料理だと思っていた
 和食のイメージ
 古風なイメージがあった。
 昔ながらの料理
 徳島県人以外には認知度が低い
 地味そうなごはん
 田舎臭いイメージ
 ヘルシー料理
 もっと郷土料理広く知れ渡って欲しい
 給食とかによく出てきていて美味しい印象があった。
 蕎麦米だけで作るなんてすごい。
 昔食べた、懐かしい味
 そば米汁にして2週間に1回食べてるもの
 そば米をどうやってハンバーガーにするのかな?と興味を持った
 だんだんと慣れていきそう

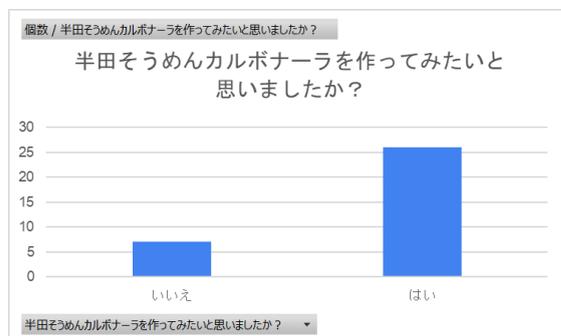
(表2:動画視聴後のそば米の印象)

郷土料理について動画視聴後の印象を教えてください
 そば米をライスバーガーにする発想は新鮮でした。フィッシュカツを挟むと、もっとご当地感が増すと思います。
 そば米がアクセントになりそうで美味しそう
 近代的なレシピもあるんだと思った
 郷土料理食材も洋食に使えることに驚きました
 バンバーガーという洋風の料理に使用していることから古風なイメージが払拭された。
 今っぽい郷土料理で斬新
 そば米をご飯と混ぜる料理法を発信できてよかった
 焼きおにぎり
 若者にも受けそうな料理にもなるのだと思った
 もう少し薄く焼いたほうが食べやすそうだとおもった。
 もっと郷土料理知れ渡って欲しい
 そば米で作ったハンバーガーを実際に売ってみてほしいと思った。そうすればもっとそば米が知られそう。
 つなぎとして白米を使い過ぎでは?
 「郷土料理」は昔ながらの料理、と言う印象は変わり無いが、同じ食材を使って別の料理にアレンジすると言う発想には驚いた
 ハンバーガーの具材という意外なものを作る事がわかった
 そば米汁としてしか食べたことがないので、違ったアレンジの仕方を知れて良かった
 ちょっと食べてみたい

動画視聴前は、「和食」「お汁に入れる」などといった印象が多かったが、動画視聴後は「若者にもウケそう」「今っぽい」などの印象が多かった

<https://forms.gle/3rW1FHxwuUMwzJk3A>

(半田そうめん)



(図2:動画視聴後に半田そうめんカルボナーラを作ってみようと思ったか)

全体の約8割の人が作ってみたいと答えたことから半田そうめんのイメージを変えることができた

(表3: 動画視聴前の半田そうめんの印象)

郷土料理について動画視聴前の印象を教えてください
どんどん薄れていきそうな印象
地味な、茶色使いのご飯だと思いました
昔ながらの料理
いつも普通のそうめんと同じ食べ方くらいしか思いつかない
おいしそう
そうめん!
徳島に住んでいても郷土料理はマンネリの料理方法しか知りませんでした。
田舎のごはん
県民 誰もが知っている栄養価の高い料理
県外の人には知名度が低い
半田そうめんは太く食べ応えがあり、他県のそうめんでは物足りないほどのです。
郷土料理が少ないから、今までの素材や料理を活かして新しい郷土料理が出来たらいいなと思い試聴しました
我が県自慢の料理
そうめん以外の食べ方がないと思っていた。
おばあちゃんの料理のイメージ
そうめんでカルボナーラを作る発想が面白いと思った
古臭い
和食のイメージ
古風な印象があった。
栗糰を使ったカルボナーラは聞いたことがある。
太いそうめん
他のそうめんより太くてコシがあるので食べ応えがある。

(表4: 動画視聴後の半田そうめんの印象)

郷土料理について動画視聴後の印象を教えてください
おいしそう
美味しそうで食べてみたいと思いました。
洋食になると思ってたかったです。
素材を替えるだけのイメージがなかった
カルボナーラにする発想は思いつかなかった。
おいしそう
そうめん以外にも使えるんだ!
パスタとして使うのは目から鱗です!
アレンジ次第でイメージアップ
簡単レシピ、県内の素材を使った料理
半田そうめんの知名度が上がりそう
めんつゆとスタチで食べるものだと思ってるが、太さの特性を生かしてパスタにする発想は新しくいいなと思います!
若い方の感性で、新しい郷土料理のヒントになるのではと思いました。
時間がある時に家で作ってみたいと思いました
地産地消スやん
パスタの代わりに使えることを知っていろんなアレンジができると思った。
新しく面白い料理
美味しそうで作ってみたいと思った
美味しそう
郷土料理食材も洋風料理に使えることに驚きました
カルボナーラという洋風の料理で古風なイメージが払拭された。
太麺なのでよりパスタには近いかな。
パスタのかわりになるかも?
身近な食材で簡単に半田そうめんがそうめんやゆめん以外の食べ方ができると興味を持った。

動画視聴前は「古臭い」や「地味」などのマイナスイメージがあったが、視聴後には「新しい発想で面白い」などの印象に変化した

3. 考察

YouTubeで動画を発信することで、動画を見た人には地元食材の活用方法が伝わり、「作ってみたい」という声をいただいたことや、印象が変わった人が多いという結果がえられた。そのため、動画の投稿によって地元食材の地味なイメージを払拭することができたと思う。

4. 提言

徳島県の地元食材を私たちのように学生がアレンジするコンテストを開催する。

徳島県のYouTubeチャンネルを活用した情報発信を続けていくことが必要であると考えている。

5. 参考文献

[1] [大分市「大分市郷土料理アレンジコンテスト」のレシピ集をご活用ください](http://city.oita.oita.jp)
(city.oita.oita.jp)

[2] [【公式】淡路島バーガー専門店 SHIMAUMA BURGER](http://awajishimaburger.com)
(awajishimaburger.com)

[3] <https://eki.uzunokuni.com/etc/hamburger.html>



[4] [とくぎんトモニプラザ\(徳島県青少年センター\)](http://tokuginplaza.com) (tokuginplaza.com)

[5] [細菌・ウイルスによる食中毒 | 消費者庁](http://caa.go.jp)
(caa.go.jp)

[6] https://www.maff.go.jp/j/syokuiku/kodomonavi/cuisine/cuisine6_1.html(農林水産省 郷土料理)

[4] [とくぎんトモニプラザ\(徳島県青少年センター\)](http://tokuginplaza.com) (tokuginplaza.com)