

5月 食育の日こんだて「ます」

毎月19日は「食育の日」です。

今年度の食育の日献立では、地域に伝わる料理や旬の食材を使った料理を味わいます。

楽しく食べながら、先人の知恵が詰まった食文化を知り、四季折々の食べ物などについて学んでいきましょう。

ごはん ますのあんかけ 庄内麴和え 孟宗汁 味付けのり 牛乳



サクラマス



1992年に「山形県の魚」に選ばれたサクラマスは山形県民にとっては春の訪れを告げる魚です。

サクラマスの幼魚は、夏はオホーツク海、冬は道南周辺で越冬し全長50～70cmほどまで大きく成長し、ふ化から3年目の春に生まれた川へと戻ってきます。

サクラマス釣りが解禁されるのは、山形県では毎年3月1日から8月31日までです。酒田市浜中の赤川河口付近には、毎年3月1日のサクラマス釣り解禁日に合わせて多くの釣り人が訪れています。

ますのあんかけは、酒田祭りでよく食べられるごちそうの一つです。お祭りやお祝いのお膳になくてはならない料理で、ゆで卵のスライスやそうめん、ほうれん草などがそえられたりもします。



サクラマスの 名前の由来

サクラマスの名前の由来は春、桜の季節に川に上ってくるから、あるいは身の色が桜色だからなどといわれています。

3たぐいす

Q サクラマスと同じ種類の魚は、次のうちどれでしょう。

- ① イワナ
- ② ヤマメ
- ③ ヒメマス

答えは裏に書いてあるよ！

クイズのこたえ ②ヤマメ

ヤマメとサクラマスは、同じ親から生まれながら、育ち方の違いで、まったく違う魚に成長します。春に、海からふるさとの川を上り始めた親魚は、秋に上流で産卵すると、その生涯をとじます。ふ化した稚魚は川底で冬を越し、翌年の春には川の中を泳ぎ回るようになり、さらに次の年の春になると、海の生活に適應するために体表がスモルト化（見た目には銀白色に変化）する幼魚と、そのまま変わらない幼魚に分かれ、こうして海に下る魚はサクラマスに、もう一方は川にとどまってヤマメになります。