

1月14日（火）

きょうは“^{ながさき}長崎ちゃんぽん”と、具材として入っている「なると」
についてのお話をします。まず「ちゃんぽん」という言葉は、“色々
な物を^ま混ぜること”や“^ま混ぜた物”という意味があります。そのため、
“^{ながさき}長崎ちゃんぽん”には^{ぶたにく}豚肉や^{ぎょかい}魚介類、野菜などの^{ぐざい}具材がたっぷり使
われているので、^{えいよう}栄養たっぷりです。^{ぐざい}具材の「なると」は、魚のすり
^み身を^{かねつ}加熱したもので、ちくわやかまぼこと同じ^{ねりもの}練り物の仲間です。切
った時の切り口が、^{せとないかい}瀬戸内海にある^{なるとかいきょう}鳴門海峡の^{しお}うず潮の^{うずま}渦巻きに似
ているので、「なると」という名前になったそうです。

きょうも^{えいようまんてん}栄養満点ですので、しっかり残さずに食べましょう。