

# ホタテと大豆のシチュー



令和4年12月14日  
北空知圏学校給食センター



大豆は植物の種の部分です。そのため、大豆を育てる時は、大豆をまきます。芽が出て50日ほどで花をつけ、花の付け根にさやが出来ます。まだ緑色で未熟なものが枝豆、さらに熟すと大豆になります。また、大豆は良質なたんぱく質が豊富です。肉と同じくらいたんぱく質を多く含んでいるため、大豆は畑の肉といわれています。今年、収穫された“ユキホマレ”というきたそらちさん大豆を使用しています。



今日のシチューのホタテは、ベビーホタテです。ベビーホタテは生後約1年のホタテの稚貝をいいます。ホタテの養殖で、より大きく育てるために、間引いて数を減らします。その際に収穫された小さいホタテをベビーホタテとして出荷します。サイズは小さいですが、うま味が凝縮されています。

北海道の海でとれたベビーホタテを使用しています。北海道はホタテ水揚げ量が全国1位です。

