



県立津山高等学校手芸調理部2年

下谷 華音さん (大田) 〈写真右側〉  
清原 花菜さん (中原) 〈写真中央〉  
福田 唯李さん (沼) 〈写真左側〉

味噌や麹など日本古来の発酵食品の研究や、地域の食材を使ったレシピの考案などに取り組んでいる。平成29年8月に東京都で開催された「第1回全国高等学校納豆甲子園」に出場。予選を通過した全国6ブロックの代表校の中から3位入賞を果たした。



津山産のジャンボピーマンやごんご豆(大豆)などを使った「干し肉の納豆チャーハン」



小豆や蜂蜜などを使った「みたらし納豆団子」

入賞した2作品のレシピは、津山高等学校のホームページで紹介されています。



納豆甲子園に出場したきっかけは？

この大会の調理作品の課題は、「地域の食材を使った納豆料理」と「納豆を使ったスイーツ」の2品でした。普段の活動で、自分たちで味噌を作ったり、地元産の食材を使った料理を考えたりしているので、納豆と相性の合う料理を作りたいと興味がわき、挑戦しました。

工夫したことや苦労したことは？

納豆が苦手な人にも食べてほしいと考え、特有のにおいを減らすため、試行錯誤を繰り返した結果、納豆をしょうゆ麹やショウガに漬け込むという方法にたどり着きました。

また、納豆とスイーツをどのように結びつけるかで悩みました。納豆を餡に混ぜたり、ホットケーキに入れたりして、いろいろと試す中で、小豆と蜂蜜との相性が良かったことから、和菓子として考えることにしました。

わたしたちのレシピを使って、たくさんの人に作ってもらいたいので、材料や道具、作り方など、難しくならないように考慮しました。

今後の目標は？

納豆甲子園で入賞したことで、テレビや新聞、ラジオなどで、わたしたちの活動や津山の食材について、紹介してもらいました。小麦や大豆、牛肉など、津山にはおいしい食材がたくさんあります。これからも地域の食材を生かしたレシピをいろいろと考え、発信していきたいです。

また、全国の人に津山を知ってもらえるよう、さまざまなレシピコンテストに挑戦していきたいです。



先日、定期健診を受けました。結果表が届くたびに体重と腹囲の数値が大きくなっていくのですが「まあ誤差の範囲内だろう」と毎年思い流しています。けど、もし折れ線グラフにしたら、きつときれいな右肩上がりだろうなあ。まちなかでジョギングをする人を見るたびに、尊敬の目で見ています。自分がいいます。(W)

初めての表紙担当の月。取材の先々で皆さんが素敵な表情をしてくださるので、どの写真にするか、とても悩みました。取材にご協力いただいた皆さん、ありがとうございました。取材した内容は、まちなか写真館だけでなく、市の公式フェイスブックでも紹介しています。こちらでもぜひ、ご覧くださいね。(C)

小学校へ取材に行った時のことです。案内されたクラスの先生が、高校時代に同じクラスだった友人でした。お互いに「オー！久しぶりー」と声を掛け合いながらにっこり。取材はとても順調に進みました。その夜、卒業アルバムを見て思い出に浸りながら就寝。すると夢に友だちがいてはい出しました。(笑)